
22500980472

Edgar F. Cyriax

POPULÄRA FÖRELÄSNINGAR

I

GYMNASTIK

AF

LEONARD ALEXIS ZANDERS.

MED PORTRÄTT AF HG. ROTHSTEIN.

UTGÖR AF

TIDSKRIFT FÖR SVENSK GYMNASTIK

Första Bandet, Andra Häftet.

— To diffuse knowledge among men.

Obs. *Hvarje häfte utgör ett helt för sig och säljes derföre äfven serskildt.*



PÅ UTGIFVARENS FÖRLAG

Pris: 2 Rdr Rmt.

Af samme författare ha utkommit följande arbeten i Gymnastik, som säljas hos rikets alla bokhandlare:

Några ord om Gymnastik.

Tidskrift för Svensk Gymnastik, med plancher eller illustrationer. Den uppfostrande gymnastiken. 1:a häftet.



HG. ROTHSTEIN.

POPULÄRA FÖRELÄSNINGAR

I

GYMNASTIK

AF

LEONARD ALEXIS ZANDERS.

MED PORTRÄTT AF HG. ROTHSTEIN.

UTGÖR AF

TIDSKRIFT FÖR SVENSK GYMNASTIK

Första Bandet, Andra Häftet.

— To diffuse knowledge among men.

Obs. *Hvarje häfte utgör ett helt för sig och säljes derföre äfven serskildt.*

NORRKÖPING.
PÅ UTGIFVARENS FÖRLAG.

"Umb Wahrheit ich ficht,
Niemand mich abricht:
Es brech oder gang,
Gots geist mich bezwang."

(Ulrich von Hütten.)

NORRKÖPING.
FREDRIK TÖRNEQUIST.
1867.

TIDSKRIFT

FÖR

SVENSK GYMNASTIK

MED PLANCHER ELLER ILLUSTRATIONER.

UTGIFVEN AF

LEONARD ALEXIS ZANDERS,
Gymnastikföreståndare i Norrköping.

Första Bandet.

Andra Häftet.

Obs. Hvarje häfte utgör ett afslutadt verk och säljes derför serskildt.

FILOSOFIE DOKTOR,

ÖFVER-REDAKTÖR,

HÖGÄDLE HERR AUGUST SOHLMAN!

Er, Herr Doktor, som med uppoffrande krafter och lyckliga följder städse arbetat för framåtskridandets sak, tillegnas denna afhandling öfver en samhällsvigtig fråga

Högaktningsfullast

af

Zs.

Inledning.

"*Att här* du *sitter, att* jag *hälsar dig*
välkommen bland oss, visar tidens välde,
ombildarens, som länge ställde
innnder skillda fanor dig och mig.
— — — — — — — — — — — —
Och allt som skiljemuren börjat ramla,
den nya skolan flyttar i den gamla."
— — — — — — — — — — — —

Med dessa ord hälsade Nordens skaldekonung Lings efterträdare i Svenska Akademien välkommen. Att folkenliga föredrag öfver gymnastik kunna hållas och kunna tryckas, bevisar onekligen äfven tidens välde att med sin mägtiga strömfåra underlätta spridandet af olika bildningsmedel och skära sig vägar, der man förut aldrig anat dem. Detsamma bevisas vidare af de organisationer, som på senare åren träffat alla våra gymnastiska undervisningsanstalter, från Centralinstitutet till folkskolans öfningssalar, den ökade skriftställareverksamheten, som nu mera än någonsin utbjuder sina alster af bättre eller klenare beskaffenhet — denna senare del af verksamheten tillochmed så stor, att om den fortfar som hittills, utan nödig kritik, den hotar med öfversvämning, i likhet med det tyska turnskriftställeriet och mycket annat. Lyckligtvis ha vi kryddkramhandlare och hökare, litteraturens schakaler, hvilka i strutform förtära boklådornas afskräden, ty i annat fall skulle den pappersflod, som redan *Jean Paul* förespått, längesedan ha inträffat. — De ökade anslagen från statens sida, som kunna anses rika mot fordna tiders, antyda äfven mer än väl, att kroppsöfningsläran (vi kunna ju ge gymnastiken detta svenska namn) ej blifvit lottlös vid utdelandet af en gifmildare tidsandas håfvor. Såsom exempel på olikheten af forn- och nutidens materiella tillgångar, må här nämnas, att Ling, "gymnasiarken och skalden", hade att börja med jemnt så mycket i lön, som vaktmästaren vid hans institut efter nya staten, eller 500 Rdr.

Man kan verkligen tillämpa mer än ett af skaldens ord i ofvananförda motto, såsom då han vidare talar om nya skolans inflyttande i den gamla o. s. v. En sådan inflyttning har till en del redan inträffat; hvad som deraf ännu återstår måste ske snart, på det ej flyttningsbråket må bli för besvärligt. Endast genom sakens rätta iordningställande samt äldre och yngre partiers sammansmältning och samverkan blir det möjligt för

den äldre skolans snillrika och ideella natur, att begagna sig af den yngres materiella *förtjenster* till betryggande af den svenska gymnastikens bestånd, ty eljest dör den snart alldeles ut och de få dugliga skrifterna derom bli endast en minnesteckning öfver den döde, en runsten på dess graf. — Det gäller för öfrigt här, som vid alla inrättningar i vårt land, att högre lönegrader med få göromål äro för högt betalda, då deremot de lägre, elementernas lärare, som hafva att hålla vården om rötterna på gymnastikens *Yggdrasil*, ännu tjena för en spottstyfver, ej tillräcklig ens att föda dem med, ett förhållande, som också är på väg att skämma bort den goda mening, nyare lagstiftare inom detta område onekligen lagt i dagen. Om jag upplyser derom, att sotaren Benckert i Jakobstrakten i Stockholm årligen tjenar för ungefär lika mycket, som *tio* (säger 10) gymnastiklärare vid de högre elementarläroverken och klockaren i Storkyrkan dersammastädes — jag har ej den förmånen att känna hans namn — för ungefärligen lika mycket, som fyra sådane, så torde man derigenom bäst inse orimligheten, som ligger till grund för vår skolgymnastik-aflöning. Uppskattningsinstrumentet af vår konst, som *alla* skrika om vara till så stor nytta för det uppväxande slägtet, för fosterland och Gud vet icke allt, är icke smickrande för densamma, och min sammanställning derför just icke heller.

Men jag har under den korta tid, jag sutit här, begått det felet, att, oberäknadt divergeringar som vanligt utom ämnet, äfven ha gått detsamma betydligt i förväg, då jag benämnt gymnastiken vetenskapligt-konstnärlig. Det är derför billigt, att jag nu i någon mån visar, med hvad rätt den kan få denna benämning, jemte det jag påpekar de förhållanden, som göra henne ovärdig af densamma.

I.

Gymnastik, kroppsöfningslära, har blifvit på flera vis definierad. Vi kunna säga den vara vetandet om menniskokroppens rörelser, ordnade efter anatomiens och fysiologiens lagar. Skulle denna definition, såsom många andra, synas oklar för läsaren, så tror jag ändock att litet hvar vet hvad som hos oss menas med Gymnastik, och vi uppehålla oss icke vidare med blotta namnet.

Allting har behof af rörelse, från alltets lifgifvarinna, solen, intill det obetydliga växtstoft, som i grön färg bekläder fuktrika väggar och träd *), derför att värmen, utan hvilken intet lif är, har sitt upphof i rörelsen. När ett sådant rörelsebehof ger sig tillkänna öfverallt, är det klart, att detta kraf blir större inom djurriket, och detta så mycket mer, desto kärlrikare väfnaderna hos djuret äro eller desto finare dess natur är — störst derför hos menniskan. Man kan ock till en viss grad bedöma läraktigheten och

---

*) *Petrococcus,* numera *Discerea* kallad, en alg, som man ansett för den enklaste af alla växter.

instinktutvecklingen hos djurverlden efter dess rörlighet eller af dess rörelsebehof. Zoologien har utom andra bevis härför äfven detta: ju mer utveckladt ett djur befinnes vara, desto mer utbildad luftapparat har naturen gifvit deråt till dess näring. Med flit säga vi *näring*, ty luftens intagande är, såsom vi veta, vida vigtigare än födans. Det att "lefva af solsken och vackert väder", d. v. s. af ljus och luft, är ingen så klen kost, som man vanligen ordspråksvis påstår. Med andra ord: ju större luftvolym djuret intar för sitt blods syrsättning, desto större rörlighet förenar det i sig. För att ytterligare fullfölja saken, tillägga vi här ännu en sats, den nemligen: att ju mindre djurets blodkulor äro, desto större är rörelseförmågan, enär dessa kulor, blodets luftförare (hvarom mera framdeles), då äro mångtaligare och derigenom innehålla mer förbrännande syre. Man finner således alltid ett märkvärdigt förhållande mellan luftqvantiteten och lifligheten hos varelserna, t. ex. paddans mot fjärilens. Således, ju större lungor, desto friskare blåser lefnadskraftens bris hos oss; desto raskare pådrifver den blodvågen och dess små farkoster, blodkulorna, som derigenom erhålla liksom ett större vindfång. Det vore lätt, att här framhålla flera andra intressanta jemförelser inom djurriket med afseende å rörelsebehofvet och den instinktiva utvecklingen; men fruktan, att derigenom för mycket afledas från den speciella rörelseläran, med menniskan till närmaste föremål, nödgar mig afstå derifrån. Så mycket vill jag likväl ännu tillägga, för att visa rörelsens nödvändighet för "allt creatur", att hästen, ett af våra ädlaste och läraktigaste djur, utan lagom motion snart mister sin förmåga såsom löpare, ty hans fina knäleder, verkliga skönheter inom naturens många konstsvarfverier, samt hans ömtåliga **florettben,** genom hvilka detta djurs egna dansande och stolta gång befordras, tåla ej länge vid stillaståendets unkna stall-luft. Jag hyser ej betänkande vid, att i en skrift, som denna, än ytterligare utdraga de divergerande linierna, ehuru de ej synas direkt beröra ämnet, derför att en gymnasiark, hvilken så mycket lånar af naturen, i allt måste ha dess rätt för ögonen. Hornboskapens *benskörhet*, t. ex. en sjukdom bestående deri, att extremiteternas *benbyggnad* af brist på kolsyrad kalk ej förmår uppbära kroppstyngden, har sin uppkomst i dålig näring och rörelsebrist, dessa ovänner, som så ofta äro framme, för att så ogräs i lifvets hveteåkrar. Det är instinkten om rörelsebehofvet, som frampressar suckarne från den fängslade tigern, som skakar jerngallren i lejonburen och i björnens kyffen, när dessa liksom tyckas påminna sig fordna dagars frihet och nu känna sin orörlighet. Apan, den gäcken, hunden, alla bli de dåsiga, när de för länge tvingas att vara inom fyra väggar. Hvilken glädje, när de ändtligen slippa ut! Hur fröjdar sig icke stöfvaren, när han ser sin herre rusta sig till utgång, lösa bössan från väggen och taga väskan på! Ty fogelhunden och vindens broder, den snabbe **Canis familiaris grajus,** tycka om lifvet på fältet under snabblopp och språng. När således hela naturen uttalar sitt behof af rörelse, är det — som nyss sades — klart, att skapelsens krona, menniskan, sjelf åtrår den i en så mycket förnuftsenligare utöfning, som hennes byggnad är fin

och förnuftet utom all jemförelse öfver djurinstinkten. Innan menniskoembryonet tillochmed framträdt såsom sjelfständig varelse behöfver modren, hvilken, liksom pelikanen i sägnen, närer det med sitt eget blod, röra sig ofta och mycket både för dess och för sin egen skull i sin naturheliga ställning, underbar såsom ett sakrament; detta är oss alla bekant. För att befrämja välbefinnandet under grosessen, nyttjar den passiva gymnastiken med fördel tvänne rörelser: *halfliggande Ben- (Gren) rullning* och *halfliggande Ländlyftning*, hvilkas närmare beskrifning tillhör nästa häfte af denna tidskrift, der den botande gymnastiken blir hufvudämnet. Åkning och gående äro eljest allmänt bekanta rörelsemedel under denna period. Rörelsebehofvet följer oss således från hjertats och vaggans första slag till inemot grafven. Att gunga på bäste faders knä eller vaggas på den mjuka modersarmen, blir vidare vår rörelsebehandling; lyckliga vi då, innan vi hemfallit under den metodiske gymnastikläraren. — Vi finna redan häraf, huru mycket *rörelsen* ingriper i menniskoslägtets hälsoekonomi. Deraf är det lätt förklarligt, att man från äldsta tider rigtat tankarne på detta vigtiga ämne, och derför äger ock *gymnastikens historia*, ämnad att utgöra 4:de och 5:te häftena af tidskriften, en ganska respektabel ålder. Här anse vi oss endast böra framhålla några vissa partier deraf, hufvudsakligen för att derigenom få tillfälle visa hvad vårt fosterland, som ofta beskylles för att komma århundraden efter sin tid, uträttat inom rörelseområdet, och med hvad rätt den svenska gymnastiken i vetenskaplighet anser sig stå framför andra länders samt i sammanhang dermed blifva nämnd framför dem. Derför kalla vi den ock svensk gymnastik, ty detta är dess hedersnamn, som ej bör bortläggas förrän dess handhafvare förlorat all förmåga att förvalta dess rikedom.*). — Såsom præmiss måste vi antaga den der af ålder gjorda indelningen, som ej har något annat fel, än att vara för ofta upprepad.

1. Den uppfostrande Gymnastiken.

Låten barnen komma till mig och förmenen dem det icke, ty ....

Med dessa ord vilja vi begynna vårt tal om den uppfostrande gymnastiken, som denna gång ej blir särdeles långt, då vi redan i första häftet af denna tidskrift vidlyftigare sökt utveckla frågan, och icke heller uppställdt i skolboksform, som mången kanske skulle önskat.

Vid minnet af den glädje, vi sjelfve kände, då vi såsom barn inträdde i gymnastiksalen, och vid åsynen af att samma glädje der ännu förnyas så snart ett ej förläst eller förklemmadt barn dit inkommer, ha vi ej kunnat förneka oss begagnandet af ofvan antydda ord, fastän vi anse, att man bör vara sparsam med bibelspråk i

*) Jemför hr *Truls Hartelii* ord i dess skrift: *"Gymnastiska iakttagelser"*, pag. 1.

en icke andlig skrift. — Glädjen är en kortlifvad blomma, hvilken, liksom astronomen, mäter tiden efter sekunder. Låten barnen derför komma till oss, för att taga vara på sin skatt, innan de blifva rika på år och erfarenhet, ty säkerligen bli de då fattigare på glädjens och lekarnes sekunder. Leken är glädjens broder, ett arkanum inom gymnastikens pedagogi, som bäst håller ungdomen vid den lefnadslust, vi äldre ofta sakna, till följe af kroppens slitna verktyg och kanske felslagna förhoppningar hos själen, sedan åldrens frostnätter förstört ungdomsdrömmarnes Iliad. Denna afund — om jag här vågar nyttja detta fula ord — yttrar sig ej sällan hos äldre personer i påläggandet af sträng läxläsning och i en rigorism, som man tror vara nyttig för barnen, dem sjelfva och fäderneslandet. Bort det! Den får åtminstone ej göra sig gällande inom kroppsöfningsläran, ty gymnastiken är ett arf från förfädren, hos hvilka denna idrott var en fri öfning, en lek. Allvar må sedermera deri inläggas och stränghet inblandas först, när den vill öfvergå i sjelfsvåld eller när subjektet ej förstår lekens mening att leda till allvarsam nytta. De gamles öfningar betraktades, sade jag, såsom fria lekar, obesvärade af examens- och skoltvång, samt skilde sig således betydligt från vår undervisningsmetod, der flerfaldiga ämnen slitas om ynglingens ofta trångbodda hjärna och der öfveransträngning ej sällan uppstår, icke af för mycket arbete, utan genom en origtig fördelning deraf. Leken är vidare så till sägandes både barndomens och skolgymnastikens halfva natur. Förena vi den med vår uppfostrande rörelselära, så inblandar denna senare derigenom, äfven om den bär namn af metodisk, i den allmänna undervisningen en metall, som afslipar många af dennas kantigheter och förgyller ingången till dess och lifvets trivialskola. Utan lekandet och gymnastiköfningen bortfaller snart, genom det ensidiga stillasittandet vid läxans träbänk och pensionens sybord, färgen från ungdomskinden; ohälsa och olust blir frugten af detta *stilleben*. Det är den uppväxande menskligheten största olycka, att man i undervisningsanstalterna så gerna söker bortresonera menniskan för konstlade påhitt. Om detta är nödvändigt för vårt samhällsskick, så dröjen åtminstone dermed till dess barnen passerat öfver lektiden. Efter den få de nog tillräckligt se och känna tillkonstling och etikett i präktiga rockar o. d., inom hvilka ett hjerta arbetar med lefnadströtta slag och hvarest grafvens förtrupper redan intagit utanverken. Hos antiken var det individen, som uppbar drägten, hos oss är det oftast skräddaren eller vaddfabrikören, som styltar upp menniskan — en tid. Hvilket skådespel är väl vackrare, antingen dessa teaterpåhitt med sina påklädda statister och detta operaprål, der ofta ringa förnuft spåras, — eller en gymnastiskt utbildad yngling, som i fäktarsalen eller simskolan frigör sig från konstladt påhäng, endast litande på sin kropps välbildning, eller en dylik flicka, som lagt bort snörlifvet och lekfull binder kransar på ängen, ofrivilligt kännande sambandet mellan ängen, våren och sin egen ungdom.

Det exercisraseri, som nu inträngt i skolorna, är också ett hot mot all fri gymnastik, en tvångströja lagd på leken, hvilken lätt kan

utöda den gnista otvungen naturlighet, som qvarstår hos skolans barn, sedan magistern och läxan tagit sin tionde. Jag går då hellre öfver på deras sida, som vilja lägga högsta vigten på skjutöfningarne, ty de äro friare. Får man i ungdomen väl smak för dessa, så är en god skytt för framtiden lätt att påräkna; den smaken försvinner eller förändras ej så lätt. Men dessa bataljonsuppställningar och soldatöfningar, dem man ofta tar för taktisk bildning, äro bortglömda, så snart lärjungen flyttat i en annan klass, eller lika lätt, som de äro inlärda. Äro skolorna väl gymnastiserade från föregående år, är det ingalunda kinkigt, att på några veckor, när det kan anses lämpligt såsom lek, uppöfva exercis och truppmanöver. Exercerandets öfverdrifter ligga nära tillhands, jag medger visserligen det, derför att det är mycket lättare än mycket annat, att få en liten trupp sammandragen och uppöfvad i vissa handgrepp och marchtempi. Det ser också rätt näpet ut, lyser och bländar i allmänhetens ögon — det är nu en gång militärens företrädesrätt — men nyttan! — Alla öfverdrifter, som taga en allmänhet i anspråk, äro på visst sätt att betrakta såsom epidemier, de der dels döda offren för sin verksamhet — gymnastiken är här offret — dels till slut sig sjelfva genom vurmens bortdunstande genom publikens förbättrade insigter. Man hyser hopp om, att detta blir slutet af exercisraseriet hos oss. Vår senaste tid har drifvit denna längre, än sjelfve Napoleon I, som likväl mer än någon annan försökte smida hela verlden i jern med sablar och bajonetter. I alla fall har vår skolexercis stor likhet med den, som infördes i Frankrikes skolor på hans tid, som kan synas af följande utdrag ur en författning af år X:

— *En exercismästare undervisar alla eleverne från tolf år* (här äro vi före honom, ty vi börja redan vid 6 eller 8 år) *i militära exercisen och måste närvara vid alla lektionerna, för att kommendera deras march. Eleverne indelas i kompanier, till ett antal af 25 hvardera. Hvarje kompani har en sergeant och fyra korporaler, som väljas bland de bästa eleverne; dessutom har hvarje kompani en på samma sätt vald Sergeant-Major, som i exercismästarens frånvaro företräder honom. Några grenadierer eller tambour-majorer*, tillägges skämtande med afseende på dessas föreskrifna längd och elevernas ålder, *finnas ej vid truppen.*

Några veckor årligen för de äldres exercis och marcher samt någon stund åt de yngre på lek för samma sak, när desse högt ropa derpå, är allt hvad vi skulle vilja bestå handgevärsexercisen och dithörande ämnen för praktisk nytta. Af serskildt intresse såväl i pedagogiskt, som archeologiskt hänseende är ett försök i skolexercis, som anställdes på våren 1865 i Heidelberg af *Die Filologische Versammlung* derstädes under presidenten Hermann Höchly; berättelsen derom lyder sålunda:

— *Ungdomen från* Heidelberger Lyceum, *mellan 12—18 år, fick till uppgift, att utföra öfningar i* Grekisk-Macedonisk *taktik, från den enklaste rörelse af hvarje enskild man till de mest inveckIade evolutioner af hela kåren, nemligen en* Lochos *(kompani) med 8 mans front och 8 mans djup. Manskapet var ikLädt kort turndrägt,*

rustadt med spjut och svartmålade sköldar samt fördes af professor Langendorff *och turnläraren* Wassmansdorff, *den senare i egenskap af* Lokag *(kompanichef). Sålunda utfördes svängningar, marcher och kontramarcher. Derpå visades genom praktisk manöver efter* Herodots *och* Xenofons *berättelser slaget vid* Kunaxa *och kampen vid* Termopyle. *Sextio till sjutio man föreställde den ofantliga persiska hären. Lacedemonierne vid Termopyle visade, huru de genom en skenbar flykt föranledde ett regellöst förföljande af fienden, hvarefter de genom plötslig omsvängning och framträngande i stormsteg kastade sig på fienden. — Vid Kunaxa, då den oväntade underrättelsen om Persernas framträngande anlände, drogo Macedonierna, efter en sorglös march, hastigt sina rotar tillsammans i fasta falanger och tågade under afsjungandet af en lofsång* (Pæan) *raskt mot fienden. Man ser, hur Grekernas ena flygel, som börjat bli efter, anträder språngmarch och, när falangens linea blir jemn, i samlade stormkolonner angriper fienderna, kastande den motstående venstra flygeln öfveränd. Emellertid har den Persiska högra flygeln (konungens) vunnit striden och plundrar lägret. Då kommer kunskap om Hellenernes seger. Perserkungen hopsamlar sina trupper, för att falla dem i ryggen. Hellenerne göra front och "kontremarch" samt springa, för att ej låta Perserne kringränna sig, åt höger, då de derigenom komma att stödja sig på floden. Emellertid hade fienden rört sig i båge kring Hellenerne och återtagit sin förra ställning, hvarifrån den venstra flygeln förjagats. Ännu en högeromsvängning, och han återtager den ursprungliga fronten. Nu angripa åter Hellenerne under Pæansångens uppstämmande och ropet a, la, la! Perserne äro slagna. — Efter denna simulacre af Kunaxaslaget företogs spjutkastning, under ledning af förbemälde Wassmansdorff, med långa träspjut, skodda med jernspetsar af en tredjedel af spjutets längd, hvilka slungades mot en brädbädd och gaf ett begrepp om detta fruktansvärda romerska vapen. Slutet utgjordes af skjutöfningar med* Katapulter *och* Ballister, *af våra förfäder kallade* Blidor. *Ballister voro forntidens mörsare, som kastade stora stenar i bågform. Katapulter deremot afskjöto långa pilar och bjälkar i rak linea. Ännu en tredje art af skjutvapen förevisades, en så kallad* Onager, *hvarmed mindre stenar och kulor (handgranater) slungades på närmare håll. Katapulter voro till sin mekanik inrättade, som medeltidens armborst.*

Jag är visst ingen beundrare af Tyskarnes ofta ihåliga och braskande gymnastik, men tillstår att denna användning af den pedagogiska gymnastiken är till sin idé så vacker och så praktisk, att den öfverträffar allt hvad den svenska i denna stund förmår uträtta. Jag undrar just, hvad svaret skulle bli, om en gymnastikförening, ifall en sådan ens verkligen ännu existerar, hos regeringen anhölle att, såsom förhållandet varit i Heidelberg, få på statens artilleriverkstäder af dess vapensmeder och snickare låta tillverka de behöfliga forntida vapenslagen; eller hvad en riksantiqvarie, en greko-latinsk professor *) skulle svara, ifall han tillspordes ge-

---

*) Till exempel den sonderbare professor S., hvilkens ovanliga grekiska och latinska insigter äro öfver allt loford och derför i en fråga, som denna,

nom någon af våra gymnastiklärare, huruvida han ville vara behjelplig med sina insigter vid ett företag, som det nu beskrifna. Troligen skulle han härvid stirra förbluffad på frågaren och undanbedja sig äran. — Nej! praktiska, icke lata äro Tyskarne. De skulle derför sannolikt gått om oss i ren gymnastik, om de ej så många gånger råkat in på ensidighetens irrvägar och försyndat sig mot naturenligheten.

Den uppfostrande gymnastiken har till uppgift att utveckla menniskokroppen till den höjd af styrka och skönhet, hvartill den af skaparen erhållit anlag, ty af intet bildar gymnasten sina produkter lika litet, som någon annan konstnär, utan han utvecklar blott de inneboende naturkrafterna, som han på ändamålsenligt vis tar i anspråk. Menniskokroppen är ett guld i uttänjbarhet med de finaste skiftningar, hvarpå vi ha bevis i de många eqvilibristeri-produktioner, som dagligdags förevisas för en ringa penning. Men denna egenskap af uttänjbarhet får icke förleda oss till de öfverdrifter, hvartill man ser oförnuftet göra sig skyldigt både andligen och lekamligen. Vi få ej för hårdt lasta hvarken kroppen eller anden, ty då reser den sig ej upp ur stoftet; den följer då kamelens exempel. En andlig öfveransträngning inträffar ofta i våra skolor genom en origtig arbetsfördelning. Det tyckes ej vilja hjelpa, att man på läsordningen utraderat grekiskan och hebreiskan samt bibehållit dem blott såsom frivilliga ämnen, ty felet ligger ej der ensamt; det ligger djupare, i tidsandan, som öfverallt vill se examenslärdom, ej verkligt sjelftänkande eller praktisk duglighet; examina ha kommit och snillrikheten försvunnit.

— "Det var ett himmelsskriande missförstånd, då folken i 16:de—17:de århundradena öppnade sina hjertan för den antika bildningens andedrägt, men då också genast insnörde den sköna forntidens menskligheit inom bokspännena och dess remmar: då ungdomen jagades in i klosterskolorna, för att icke lära något annat än ihålig och ofruktbar tankefärdighet och barbariskt talande och skrifvande, som hvarken var modersmål eller antik." *) — Ännu bära skolorna till stor del denna klosterprägel, t. ex. hvad latinläsandet och skrifvandet beträffar. Ännu drar detta ämne mer tid än något annat, om man afser vinsten i Kredit-kolumnen och förlusten af tid och kropskrafter i Debet. Man förgår sig ännu så långt mot rättvisan till de öfriga läsämnena i elementarskolorna, att man der ibland tvistar om ordens rätta uttal i ett dödt språk (en angelägenhet, som naturligtvis endast bör tillkomma lärda språkakademier), men tvekar att utsträcka naturlärans studium.

---

vore den aldra förnämsta auktoriteten. Om honom berättas bland flera andra kostliga anekdoter äfven denna, som kan leda gissningen något till hvad svaret på en sådan fråga skulle blifva. Jemte akademifäktmästaren var S. en gång bjuden på en begrafning. Vid ordnandet af lederna i processionen uppropades hans namn ett led efter den förre, alldenstund fäktmästaren innehade rang som Major i armén och professorn endast Kaptens i rangrullan. Med en röst, honom egen, der hånet och stoltheten voro väl representerade, yttrar han till grannen: **iste Gladiator!**

*) *Jæger:* Die Gymnastik der Hellenen.

Hvad har nu allt detta med den pedagogiska gymnastiken att göra? frågar kanske mången. — Jo, emedan ynglingarne tvingas att ständigt grubbla på abstrakta, olikartade ämnen, förlora de håg och kraft att öfva sig i våra rörelsesalar, hvarför gymnastiken alltför mycket stannat i växten och på papperet, i stället för att gå ut bland folket och ombilda dess kraft, såsom dess natur kunde blifva, såsom stiftarens mening var och såsom många goda förordningar i senare tider haft för ögonen. Hvad underligt derför, att den ej gjort den påräknade nyttan eller vunnit ett vida större och sanningsenligare erkännande, att den i korthet ej blifvit rätt populär, som den annars skulle kunnat blifva. Det är ej nog att patienten hör läkarens riktiga råd; han måste äfven följa det. Gymnastik på papperet eller i kammaren är ej ensam nog. Den blir ej såsom sådan någon *"Lebenserwäcker"* eller en spännfjeder för ett folks framskjutande i hög kroppslig kraft och andlig odling. — Gymnastiklärarnes otillräckliga antal, aflöning och bildning komma dertill, för att neutralisera sakens påräknade nytta. Vill man ej ge kon att äta, då vet man hur det går. Derför ha de rätt — till en del åtminstone — som säga, att den metodiska gymnastiken i skolorna ej duger till hvad den utges för; men detta är icke ett fel hos gymnastiken sjelf, utan hos folket, dess målsmän, som förvalta eller låta förvalta den mindre riktigt. Ännu förstöres mången lärjunge på läsbänken eller i studerkammaren under examensfeber, änskönt flera ej tro derpå, ty detta faktum ligger ej tillräckligt i dagen. Föräldrarne, de nemligen, som skola vårda de unga invaliderna från läxlagen, de säga annat de. Huru mången yngling med omogna krafter har ej känt sin förmåga svigta och sitt hjerta våldsamt bulta varningsropen mot öfveransträngning, när afgångsexamina stunda och stränga censorer väntas? Ja, vårt examensraseri är tidens *Moloch*, lik forntidens äfven deri, att han såsom en rigtig läckermun fordrar de förnämstas söner i staten, de skönaste, de mest finhyade och ofta dem som naturen försett med de bästa hufvudena. Torpare- och bondesonen går ännu bäst fri från denna Molochs-tjenst, derför att äflandet efter statens tjenster, som ensamt bestämmas af examensmängden och betygen, hos detta stånd ej ännu så uppdrifvits, ehuru litet hvar väl vet, att det icke heller är fritaget derifrån. Ju flera examina folk i allmänhet undergår, desto flera läxor har det måst proppa i minnet, desto mindre tillfälle har det derför haft till praktisk öfning. Deraf blir följden, att ju mera det förra uppmuntras, desto mindre framträder dugligheten i lifvets rätta verksamhet. Examensvurmen visar oftast en obestämdhet för ett visst ämne som ej bör understödjas. Endast de aldrabästa hufvudena kunna utgöra undantag från det här sagda. Se vi på store mäns lif, så ha de flesta af dem ej varit några examenshjeltar. Vår Ling hade blott genomgått en medelmåttig studentexamen, hvilken en folkskollärare i våra dagar troligen skulle ansett tarflig. Från samma läroverk, som Ling, hade förut Linné utgått med ett betyg, som var ingenting mindre än lysande. Lings efterträdare, hvilkens rätta erkännande tillhör en framtid, var oexaminerad. *Berzelius* lär ha tagit en klen medikofilosofisk

kandidat-examen. Behöfver jag nämna de amerikanske oexaminerade storheterna från Washington till Grant, från Franklin till Lincoln, eller Fulton till Erikson? m. fl. Examina äro i korthet sagdt dåliga kontrollanter för duglighet och deraf kommer det sig, att vi ha en mängd avtodidakta storheter och ett ofantligt antal examinerade odågor.

Hvad är nu att göra, för att få gymnastiken fullt gagnelig och motsvarande de förhoppningar, som man hyser till den? Bland annat måste man vid skolan — för att i första rummet tala derom — ställa gymnastikläroämnet i jemnbredd *med läsämnena* och läraren, sedan hans utbildning blifvit förbättrad och han således gjort sig förtjent af en slik befordran, *au niveau* med skoladjunkterne. Om ej opinionen inom samhället och hos föräldrarne understödjer rörelseläraren i hans vigtiga, men mödosamma kall, då är ej värdt att vänta sig något af hans konst, *ty då kan han intet göra't.* — Man måste vidare minska latinskrifvandet och dithörande grammatikaliska petitesser ej blott vid skolorna, utan äfven vid universiteternas examina, t. ex. vid de juridiska och mediko-filosofiska. Läkare och jurister behöfva numera ej skrifva afhandlingar och domar på detta språk. De matematiska ämnena torde ej heller, utom vid de rent tekniska s. k. tillämpningsskolorna, vidare utvidgas, än som skett vid den sista skollagstiftningen. Det är ju sannt, hvad jag en föregående gång sagt, att ämnen till dugliga män kunna ges, hvilka sakna håg för mätevisheten: att mången med framgång plockar frugter från sagans och naturkunnighetens ängder, som saknar sinne för *Euclidis* opraktiska *elementer*, för torra qvadratrötter eller språkstammar, de må vara aldrig så tvärsäkra. — I stället härför torde man böra öka naturstudierna, ej i kammare eller efter skrumpna herbarier och uppstoppningar, utan i skogen, på fjället och i dalen, men framförallt den enkla läran om menniskokroppens ben och muskler, dess större kärl- och nervstammar m. m. Det är ej värdt, att skrika om svårigheterna om införandet "af ännu ett ämne — vi ha ju för många redan" — ej heller om olämporna, att anskaffa nödigt tillbehör. Detta ämne, som berör vår vigtigaste egendom och vården om den, måste ej i alla tider stå utanför förstugan till lässalen, undanträngd af mindre nödvändiga vetandets grenar, hvilka sedan medeltiden innehaft primusplatsen. Menniskokroppens studium är ett af de aldra nödvändigaste och nyttigaste, ty hvilket medel är bättre att hämma sjelfförstörande laster och utsväfningar hos *Onans'* söner, än dess kännedom? Derför måste den vinna terräng äfven med något annat ämnes inskränkning. — Slutligen måste man rakt af förbjuda de studerande, att med långvarigt nattvak ersätta "dagens stunder", emedan intet är mer skadligt för kroppsutvecklingen, än nattvak under abstrakta göromål. Under sömnen utvecklar sig mest den upväxande och hvar och en återknyter då trådarne i lifvets sköra väfnader, hvars ränning glesnat under arbete och vaka. Den nyss utslagna ungdomsblomman behöfver sluta sig mot nattens mörker och kyla. Att störa denna akt är, att sönderplocka blomkronan och spilla bort den honung, som dagens arbete samlat till

näring för framtiden. Man upprifver alltså om natten den väf inom menniskokroppen, som gymnastik eller rätt ordnadt arbete hopsatt om dagen, liksom *Ulyssis* maka gjorde med sin, för att narra giljarne. Den rörliga, starka muskelväfnaden, benhinnan och den vigtigaste af dem alla, nervväfnaden, äro af för stort värde för att på ett så obetänksamt vis sönderplockas. — Tvetalan mellan examensifrare å ena sidan och rationelt tänkande hälsolärare å andra uppstår just genom de förras åsidosättande af naturstudierna för grammatikan. Gymnastikläraren, hvilkens öga dagligen öfvas i umgänget med ungdom och genom handterandet af menniskokroppens former, är sjelfskrifven aktor i målet mellan rörelsens friskhet och stillasittandets ohälsa. Derför hemfalla de här vidrörda språk- och examensfrågorna vid skolorna under den uppfostrande gymnastikens domvärjo. De skelettartade præparater af kyrkohistoria eller dogmatik, de grammatikaliska minnesstoder, som ständigt radas upp i ungdomens hjärnor, må ej i ett praktiskt tidehvarf drifva all sund naturåskådning på flykten, utan protest från gymnasiarkens sida.*) — De anbefallda mönstringarne vid terminernas början skulle vara af stor nytta till hämmandet af ungdomens marodering från gymnastiköfningarne jemte de dermed förenade många olater, om de ej handhafdes på ett så slappt vis, att de fleste gymnastiklärare öfverensstämma i sina klagomål deröfver. Såsom ett kostligt bevis på, huru dessa mönstringar understundom handhafvas, vilja vi ej förbigå att omnämna, hurusedes en gosse i N:s skola — han hette Holm — under en vårtermin befriades från gymnastik, hvilket likväl ej förhindrade honom att vid en skarpskyttefest samma sommar — *risum teneatis amici* (låt bli att skratta den som kan!) — vinna pris — à la *Schartau-Höökenberg* — taget på toppen af en såpad mast, der han täflade med ortens sotare och sjömän.

Hellenernas pedagogiska gymnastik skillde sig betydligt från vår, som den liknade endast genom de lekar, kapplöpningar, språng och kastningar, dem vi också begagna. Någon appareljgymnastik ägde de egentligen icke, lika litet som någon fristående- eller liniegymnastik i den mening, vi fästa dervid. När derför *Hg. Rothstein* i sina *Gymnastischen Freiübungen nach System P. H. Lings* (pag. 2) säger: — "Den med rätta så högt berömda grekiska gymnastiken bestod, med högst få undantag, endast af fristående öfningar" — — så är detta fullt riktigt, dock så till förståendes, att den mera närmade sig till vår *ästetiska* gymnastik, om till den lägges ett element af rent uppfostrande rörelselära, ånyo uppväckt just genom antikens studerande först af *Rousseau*, sedermera återupptagen af *Guthsmuth*, *Saltzmann* (i pedagogiskt syfte), af *Fuller*, *Sydenham*, *van Swiethen*, *Boerhave*, *Tronchin* och *Tissot* m. fl. i medicinskt hänseende, och bestod, som vi nämnde, i gående, i språng, brottning,

---

*) Det första försök, vi känna, att förena någon anatomisk undervisning med skolgymnastiken gjordes af hr *Arnold Unman*, då han höstterminen 1865 förestod gymnastiklääraretjensten vid Nya Elementarskolan. De s. k. rotmästarne undervisades af honom i ben- och muskelläran och visade dervid så mycket intresse, att de till och med uppoffrade sjelfva julferierna, för att medhinna sin lilla anatomiska kurs.

simning, spjut-, klot- och kranskastning —; än till vår nuvarande skolgymnastik, i sträng mening tagen. Någon ren vetenskaplig teori kunna vi ej i sjukgymnastiskt hänseende tillägga desse sistnämnde männens gymnastikordinationer, såsom vi framdeles få talas vid om. Det blef Lings uppgift att framlägga grundutkastet till en sådan. — Den ästetiska och pedagogiska kroppsöfningsläran var således nära förenad hos Hellenerna. Äfven efter vårt begrepp är den sista pedagogiska gymnastiken första punkten i den linea, hvilkens ändpunkt den ästetiska är; omlagd till en cirkel sammanfaller nemligen denna lineas början och slut med hvarandra. Det är ett misstag, att vilja påstå, det Guthsmuth var den pedagogiska gymnastikens fader och Tyskland dess vagga, såsom Germaniens söner på allt sätt söka göra troligt *), äfven om *Luther*, inseende kroppsöfningars nytta, någon gång i sina skrifter förordat dess allmännare spridning. Den pedagogiska rörelseläran uppväcktes nemligen från de döda af Schweitzare, hvilka skrefvo dels på franska, såsom Reausseau, dels på tyska språken såsom *Pestalozzi, Saltzmann.* Äfven *Jahn* började i *Bern* och *Spiess* fick i Schweitz sin första gymnastiska bildning. **) — Den uppväckta medikalgymnastiken deremot, i det skick den var under det 18:de århundradet, har mest att tacka de holländska läkare, vi nyss nämnt, för de förord, som dessa lemnade densamma. Men till vetenskaplig heder kom den först genom Ling i det 19:de århundradets början. Den pedagogiska gymnastiken har hos oss också först i våra dagar blifvit fullt allmänt erkänd; ty insedt är nu behofvet af en mera spartansk kroppslig uppfostran, i förening med andens utveckling, för att göra gossarne starka som män och flickorna till god bärighet som mödrar, så att ingendera må förtvina och förblöda i förtid. — Ingen kan neka, att lärarne i våra simskolor alltid ägt den stora förtjensten, att på ett lekfullt och godt sätt umgås med sina elever, så att de deruti verkligen kunnat tjena gymnastiklärarne till föredöme. Derför höres alltid glädje och lif bland de badande, ty simning, efter det är en kroppsrörelse, och dess element vattnet, rätt begagnadt, frammana alltid glädjens ackorder. Vattnet rätt begagnadt! Ja, det är frågan. Äfven som hälsomedel blir detta element en förhärjande lavin, så snart det öfverskrider sina naturliga gränser, som måste bestämmas genom en verklig kännare af vattnets läkenatur. I denna punkt förbryta sig ofta simlärarne. De följa ännu fordna tiders oskick, t. ex. att tillåta för långvarigt vistande i vattnet; de föreskrifva för långa simprof m. m., utan att efterfråga, hvad den sanna hälsoläran deremot har att invända, så att simskolans åtgöranden i hälsoväg ofta förtjena samma benämning, som en af deras djupsprång, *den upp- och nedvända verlden.* I början af sin gymnastiktid förlade Hellenerne gerna sina gymnasia nära sjöstranden, för att med dessa öfningar kunna förena *balejans.* När lyxen vid gymnasiernas uppbyggande tilltog och de förlades i städerna, inrättades alltid serskilda badrum.

---

*) Jemför: Krigs-Vetenskaps-Akademiens handlingar 1854. pag. 598, af G. N.

**) Se Lange: Die Leibesubungen.

Fransmännens "lavoires" på fäktsalarne i Paris äro ett lån derifrån. Besynnerligt att vi ej hunnit åstadkomma något dylikt, som är så i ögonfallande nyttigt.

Förmånen att på ett lätt och naturligt sätt uppbära sin kropp, en sak som i allmänna lifvet så mycket försummas, är äfven ett ämne för den uppfostrande gymnastiken, numera till och med offentligt påbudet i rundskrifvelsen af den 19 Juni 1866. Detta är mer värdt än all exercisskicklighet med ett gevär och förordningarne derom; ty gevärsexercisen och soldatuppfostringens stelhet och ensidighet medföra oftast motsatsen till en fri hållning. Att tala om ännu oerhördare öfverdrifter af dylik art, tror jag mig ej behöfva, ej således om undervisning i pontonbryggors slagning öfver Stångån (detta var att gå öfver ån efter vatten) eller katechismiförhör med skolungdomen i nu gällande infanterireglemente, ty sådant oförstånd fördömmes nu väl af alla. Detta nämnda reglemente har, tack vare en del af våra militärers gymnastiska bildning, blifvit allt mer och mer förenkladt och förnuftsenliggjordt. Men ännu påträffas väl ett och annat, som kunde ha förbättrats. Vi äro skyldiga, att här nämna några små exempel. Ledernas öppnande, såsom detta nu sker, är tidsödande och ser tungt ut. Ögonblickens vinnande är alltid en förkortad utväg till seger, äfven i små saker. I stället således för att andra ledet går 3 steg tillbaka, under det första står stilla, kunna lederna öppnas derigenom, att båda leden röra sig ett steg, det första framåt, det andra bakåt, hvaraf samma resultat uppnås, men tidåtgången vid båda sätten förhåller sig som 2 : 4. Tillslutandet af lederna sker efter samma princip, derigenom att första ledet då tar steget tillbaka och andra ledet framåt. — Venster- och höger-om under marsch verkställes beqvämast genom den upplyftade fotens vändning åt den anbefallda sidan, *utan att halt göres,* hvarefter den andra foten omedelbart nedsättes bredvid, på räkning ett, tu. Vi förbigå vidare anmärkningar, hvilka kunde göras vid den i reglementet förändrade bajonettfäktningen etc., emedan kritiken deröfver mindre hör hit, än till ett annat kapitel af boken; vi rekommendera likväl den dubbelsidiga handgreppsexercisen, åtminstone när saken gäller unga personer, ty eljest uppstå lätt snedheter. En symmetrisk och harmonisk utbildning af vår kropp — sådan naturen utstakar den — hålla vi mycket på, fastän tysken Lange försvarar en viss osymmetri vid många öfningar, emedan den säges öfverensstämma med kroppens egen skapnad. Detta tror jag Lange gör hufvudsakligen af tvänne skäl: först emedan det var en Svensk och ej en Tysk, som först väckte frågan till lifs om den harmoniska utvecklingen, hvilken alltid skall förbli en hufvudparagraf i den rationella gymnastiken. Vidare derför, att herr Lange sjelf tycks lida af en påfallande ensidighet i hufvudet, när han behandlar gymnastiska frågor. Lange påstår i sin citerade skrift, att kroppen alls icke är så symmetrisk, och att en fullkomlig harmoni mellan dess båda sidor derför är oskön. Till någon del är detta väl sannt, ty hvem har icke observerat att näsan på de flesta böjer sig åt ena sidan, att den vänstra testis hänger längre ned än den högra? Detta är dock för obe-

tydligt, att här väga någonting. Högra lungan är vanligen med en tiondedel större än den andra, men detta är just för symmetriens bibehållande mot hjertat och bevisar aldraminst, att man bör uraktlåta den ena sidans förstärkning. Ty konstens uppgift är, att reglera naturen. — "De tappraste folk" — säger han vidare till bevis för sig — "och de skickligaste konstnärer eller handtverkare hålla alltid mest på den högra handen." *) — Ja, det är just det felet, vi önska bekämpa, då det är vår uppgift att motverka sjukdomarne hos menskligheten och då vi veta, att dessa just vinna fotfäste genom det ensidiga arbetandet hos konstnärer och handtverkare. Fördelade desse mera arbetet mellan båda armarne, skulle de icke heller bli så fort utarbetade som nu ofta är händelsen. *Paganinis* och *Ernsts* beklagansvärda öde, som till slut gjorde dem oförmögna att lyfta den violin, hvarmed de några få år förut förtrollat Europa, är ett bevis härför bland tusende andra. Många finsmeder, gravörer, telegrafister och andra lida i förtid af domnad hand genom sitt yrkes ensidighet. — Att Grekerna ej, såsom vi, fäktade, med båda händerna, är ej bevis mot oss, ty Hellenerne äro ej obetingadt auktoriteter. De äro lagstiftare i gymnastik blott så länge de lyda naturen, men ej efterföljansvärda i sina fel. Tyvärr ägde de många sådana, eljest hade sannolikt hvarken deras gymnastik eller stat så hastigt deflorescerat. Auktoritetstron på allt gammalt får ej komma oss att glömma naturens fordringar.

2. Militär-Gymnastiken.

Denna, den andra stora afdelningen i rörelselärans biblion, inlär konsten att med blankt vapen i hand försvara sin person och sin härd. Ling definierade den på sitt vanliga logiska, rent systematiserande sätt, såsom den konst, "hvarmed man söker att lägga en annans vilja under sin egen".

A. Värjan.

Värjan (floretten) är den konstnärliga fäktningens äldsta och ädlaste vapen, lansen möjligen, hvad åldern angår, undantagen, ifall vi skulle låta denne vederfaras hedern, att få räknas såsom medlem i vapenslagens konstnärsgille. Värjan innehar således tronen, ej blott genom anornas rätt; hon är äfven drottningen i fäktsalen genom öfverlägsen talang, finhet och mångfald i sin artistnatur. Hennes nyhistoriska stamträd kan uppdragas ifrån 16:de århundradet och Italienare, som då ägde sin skönaste och snillrikaste kulturperiod, voro hennes anherrar. Låt' oss stillatigande förbigå hennes sagoperiod, som vill göra värjan till afkomling i rätt nedstigande led af de stötvapen, hvaraf Hellenernas hopliter

*) Leibesüb., pag. 35.

och peltaster betjenade sig; vi tro nemligen, att ingen stor fördel vore att påräkna af en vidlyftigare archeologisk undersökning härom. Men som det kostar ringa tid, om ock intresset här ej är särdeles stort, vilja vi nämna den första författaren i nya historien öfver värjan: det var *Antonio Manciolini*, en Italienare naturligtvis, som skref år 1530. — Ifrån Italien gick värjfäktarkonsten den vanliga bildningsvägen, till Frankrike, der den förste författaren möter oss 1574. Hans namn var *Henri de S:t-Didier*, som fäktade med *Hertigen af Guise* och *Henrik den III*, den han benämner "Frankrikes första värja". Före S:t-Didier voro Italienarne de, som i Frankrike bestredo undervisningen i värjans förande. Från Frankrike gick denna disciplin vidare till Tyskland och snart nog åt Norden; ty redan under Gustaf II Adolf, i mer än ett afseende förtjent af tillnamnet *den store*, öfvades fäktkonsten vid svenska hofvet. Vi veta bland annat om denne store man, att han brukade befria sig från tillfällig opasslighet och sökte minska sin tilltagande korpulens genom värjfäktning. Denna slags gymnastik är verkligen ock ett af de verksammaste medel *mot* öfverhandtagande fettbildning. *Bantings* metod var då ännu icke känd.

Fäktningen motverkar, som sagdt är, denna fettbildning mer än någon annan del af den aktiva gymnastiken, emedan den samtidigt försätter i starkaste spänning kroppens hela muskulatur- och nervlif. Armarne agera under vapnets förande m. m., hals och hufvud genom sträckning och stark vridning, sidmusklerna vidare, under samverkan af de raka ryggmusklerna, genom sträckning och vridning samt balancering af bålen under olika ställningar och med olika tyngdpunkter. Benen tagas naturligtvis starkt i anspråk, då de, under starkaste sträckning och omvexlande böjning, måste uppbära det hela, hvarför de genom öfveransträngning under för långvariga fäktningar ofta bli behäftade med åderbråck. Vi omnämna detta, för att påminna om faran af all öfveransträngning vid gymnastik. Magens tvära och sneda muskler arbeta likaledes skarpt under fäktningen, för att sammandraga bukpressen och vidga bröststommen, ty dessförutan kan ingen snabbhet, ingen kraft inläggas i öfningen; på detta sista moment grundar sig också till stor del fäktningens ästetik och plastiken i fäktarens kroppsbildning. — Det är genom en slik mångsidig rörelseverksamhet, som bildningsvätskan inom vår kropp bringas i friskaste omlopp och derunder frambringar den starkare väfnaden, muskeltråden, ty hvarje muskelrörelse förbränner fettceller och använder för väfvens nydaning de s. k. *plastiska* eller proteinhaltiga födoämnena (ägg, kött och dylikt), som just derför fått detta namn, till skillnad mot *respiratoriska* eller fettbildande sådane (socker, stärkelse, fett etc.), hvilkas förnämsta ändamål är underhållandet af kroppsvärmans normala värmegrad. Overksamheten, motsats till en så sträng kroppsöfning, som fäktning är, kan blott frambringa en lägre art väfnad, eller fettceller och dess produkt fettväfnaden. Genom intagande af respiratoriska födoämnen i förening med orörlighet ökar sig snart denna till en parasitutväxt, som lefver på den ädlare väfnadsbildningens bekostnad, af det underhåll, som naturen har

anslagit för nerven och muskeln. Så uppstår fettsot. Lättjans och vällefnadens hyenden äro väfstolarne, hvarpå denna sjukliga produkt tillverkas, medan rörelsens och verksamhetens oförtrutna spole sammanslår ränningen till den spänstiga senväfnaden och smidiga muskeln. Också sätter Banting *rörelsen* näst sin dietlära. Fråga linneväfvaren, om det icke erfordras vida starkare slag i hans stol och bättre rudimateria för frambringandet af det täta och hållbara lärftet, än för den glesa och grofva enträmningen! Fäktningen söker således på *kinäso-terapevtisk* väg (genom *rörelsens läkekraft)* uppnå, hvad Banting vill åstadkomma på *chemisk-dietisk.* Dessa båda läkepotenser, rörelsen och dieten, äro också de enda, som verkligen i längden hålla sig och skola väl en gång, tro vi, öfverändakasta och utvräka apotekarens många, dels onyttiga, dels skadliga burkar, dem vattenkuren sedan ytterligare får rengöra. Dieten, med ett ord, lemnar materielet för väfnaderna i vår kropp och rörelseläran bearbetar detsamma. — Från denna temligen långa fysiologiska diversion, hvartill Banting förledt oss, återvända vi nu till värjans historia.

Konung *Kristian IV* i Danmark införde der värjföringen. Undervisning i detta vapens förande blef också snart en nödvändighet inom de adliga husen, isynnerhet i Sverige, för de beständiga krigens skull under *Kristinas* och Karlarnes eröfrande regeringar, så mycket mer, som Svenskarne redan då hade namn om sig, att vara ridderlighetens folk, alltid med förkärlek omfattande kampens och gymnastikens sak. För att tala i *Geijers* stil, kunde man nästan säga, att på denna tid var *fäktkonstens historia äfven våra konungars.* Vi vilja efterse några bevis för detta påstående och gå derför att kasta ett granskande öga inom lifrustkammarens vapenskatter. Der förvaras t. ex. den värja, som *Gustaf Adolf* bar vid *Dirschau* och med hvilken han, hemmastadd som han var i dess förande, genomborrade en af de polackar, som nära nog hade bragt honom om lifvet. Ännu ser man derpå den af polackens sabel bräckta värjplåten. Der borta inom samma lifrustkammare hänger värjan, med hvilken *Karl X Gustaf,* ännu ryttmästare, under ett handgemäng med detta vapen befriade sig från tvänne djerfva angripare; det var endast sin skicklighet att föra den, han hade att tacka för räddningen.

Under förflutna årens dagar var det derför lika nödvändigt, att en fäktmästare fanns på hvarje adelsborg, som det i våra dagar anses ovilkorligt, att de äga en guvernant, för att lära pianoklaviaturets hemligheter eller främmande språkläxor. — Italien var således den moderna fäktkonstens moderland, men dess utöfning och system förändrade sig icke obetydligt i de olika länder, der den bosatte sig, och man kan nästan säga, att denna förändring skedde i enlighet med de olika folkslagens lynnen och lefnadssätt. Låtom oss se efter detta förhållande! Italienarne och i lika grad deras romanska stamförvandter, fransmännen, lägga således största vigt vid anfallets snabbhet och deraf beroende lycklig utgång, ofta lemnande försvaret (paraden) åt sitt öde; deras naturliga eld och mindre kroppsbyggnad i jemförelse med nordboens längre växt

(en för lång fäktare är obeqväm) samt deras vegetabiliska lätta näring bestämma här mycket af fäktarreglorna. Det är anmärkningsvärdt att deras rumförändring under eldig fäktning ändock är högst ringa. *Grisier* t. ex. verkade mycket godt i detta afseende och lärde alltid sina elever att skilja fjäsket, rusandet, från snabbhet, hvilket sista naturligtvis är ett hufvudsakligt observandum vid all slags krigföring, såväl *en masse* som individ mot individ. Gycklande omförmäler han i sin stora bok om fäktkonsten en pianistvirtuos' yttrande, när denne en gång i Ryssland hörde en dam förtvifladt upphöjas för sin färdighet i pianospel:

"— Veten ni då icke, att en häst springer ändå fortare?"

Liksom Frankrike nu anses vara hufvudsätet för alla till krigsvetenskapen hörande grenar, så är detta land det äfven för värjfäktkonsten, och Italia bella har härutinnan, liksom i nästan allt öfrigt, nödgats afstå hägemonien åt sin gallikanske granne, ehuru man ej bör tro, att fäktkonsten derstädes är helt och hållet utdöd. År 1858 uppträdde en italiensk Marchese, tillika Öfverstelöjtnant (jag tror nästan hans namn var Ristori), i södra Tyskland och förevisade offentligen sin skicklighet på värja. Jag hade tillfälle att se honom i Wien, der han segerrikt bestod profvet mot de Österrikiske hvitrockarne och uppträdde med mycken bravour, långt öfverträffande de danske huggarne, som under en löjtnant Pettersens anförande för något år sedan här uppträdde med sina gladiatorspel. Tänk, att få se en svensk Öfverstelöjtnant i offentlig kamp på värja; det vore någonting! Det är ett af nutidens företeelser, att man ej konserterar endast med sång och instrumenter, på tragediens kothurn eller med lustspelets masker. Åh nej, man aftonunderhåller sig numera äfven med skridskoåkning, lansbrytning och sabelhuggning "på armtjocka grenar" o. s. v. Mikroskopiska förevisningar komma äfven på affischen, ja till och med — populära föreläsningar i gymnastik!

När solen började gå ned i *Karl V:s* länder, det vill säga, när Spaniens stormagt sönderföll och dess *Armada* ej längre var den oöfvervinnerliga, utan utgjordes blott af murkna qvarlefvor från samma despotiska tider; då aftynade, såsom naturligt var, också fäktarkonsten hos detta samma spanska folk, hvilket allt sedan dess med god smak lefvat på sina blotta anor, på sina förvissnade stamträd, de der inga frugter gifva, och på munkars undergörande torra oblater, och funnit sin bästa tröst hos falskt gråtande madonnabilder. — Värjfäktningen derstädes lär väl nu egentligen mest utöfvas af akademiernas fäktmästare, bland hvilka man likväl icke känner något stort namn, samt hos en eller annan duelllysten student, *Don Juans* eller *Don Quichottes* landsman.

Sedan dolken blef ett allmännare vapen i italienska och spanska *bravis* händer, förföll också samtidigt all noblare värjfäktkonst i de södra länderna; ty dessa båda vapen, värjan och dolken, äro representanter af tvänne sedligt motsatta åsigter, af tvänne fiendtliga magter: det i mörkret smygande lönnmordet och den i glänsande rustning skimrande chevalerismen, representerande tapperhet och feghet, lik dualismdogmen i Ormutz' eller i vår egen

lära. Dolken gick i arf till dessa folk från Romarne, deras förfäder, som tillskapat samma vapen från den *stylus*, de vanligen hade hängande i gördeln, för att göra inskrifter i sina marmor- eller vaxtaflor, den tidens annotationsböcker. I obevakade ögonblick drogs stylus till anfall eller försvar och gaf derigenom snart upphof till den nu brukliga dolken. Det var med sin stylus, som Kassius nedstötte Cæsar på Kapitolium. Den gången inskref stylus i sanning ett betydelsefullt kapitel i en af verldshistoriens märkligaste afdelningar. — Dolkföringen har tillhört läroämnena i våra fäktsalar och vapnet bäres ännu såsom sidogevär vid vår flotta, derför har jag trott mig böra ägna dessa få ord åt dess minne.

För att förflytta scenen närmare oss sjelfva, må vi öfvergå till Tysklands fäktkonst. Dess värjföring *stöter*, minst sagdt, vårt öga genom sin okonstnärlighet: i allmänhet är den ovig och klumpig, dess teori föga öfverensstämmande med naturlighet och formskönhet, hvars skacklor den alltför ofta öfverhoppar. En flygtig blick i deras fäktskolor, vare sig de verkliga byggnaderna eller de på papper tryckta *), öfvertygar oss lätt derom. Den påminner ännu mycket om den skråmessiga, medeltidsaktiga, halft komiska, resten enfaldiga fäktkonst, som universiteterna i Tyskland kultiverade under 17:de och 18:de århundradena. Den fortlefde sedan med muntert lif under Napoleonska tidehvarfvet, bidrog då ej obetydligt till upprättandet af *das Thugendbund* **), och ägde sin vackraste sida i den patriotiska anda, den framkallade. Tyska fäktkonsten lefver ännu i de dueller på sabel eller värja, som ej så sällan förekomma vid de tyska universiteterna, fastän fåtaligare än fordom, då pistolduellen åter var nästan okänd. När denne blef modern, då kunde värjföringen med rätta begagna Lacedemoniernas bekanta yttrande: *en mandoms tapperhet är förlorad.* — Då en tysk student från nämnde tider, en *Bursch*, såsom han sjelf kallade sig, gick till en vapentäflan, hvilken vanligen hölls på ”landskapets” fäktsal, betäckte han sig från hufvudet till fotabjället — alldeles såsom hos oss för ej länge sedan. Benkläderna stoppades med tagel, för att mottaga de sabelhugg, som råkade falla för låga, halsen betäcktes med en ofantlig halsduk, en läderkask sattes på hufvudet och tjocka handskar drogos på, för att skydda händerna upp till armbågen, hvarefter magen omvirades med en s. k. *Binda.* Slutligen, sedan man bundit bakre armen på ryggen (!), utmärkte man afståndet emellan de tvenne fäktarne och striden kunde utan alltför stor våda taga sin början. Hjeltarne för duellen förmådde naturligtvis i en sådan utstyrsel knappt bestämma en enda fri rörelse. — Det fanns akademiska äfventyrare — ett slags öfverliggare — som

---

*) Exempel derpå bland andra: ”**Die Kreusslersche Stossfechtschule,** zum Gebrauch für Akademien und Militärschulen nach matematischen Gründsätze, bearbeitet von F. W. C. L. Roux. 2:te Aufl. Jena 1857.“

**) Vanligen något oegentligt öfversatt med dygdeförbundet. Tugend är vida mer än dygd, deri ligger en förmåga af realitet, som saknas i det svenska ordet.

tillbragte hela sin tid med dylik okonstnärlig duellfäktning och som gjorde de tyska studenternas fäktkonst till ämne för åtlöje, hvarifrån den ännu icke fullkomligt frigjort sig.

Vända vi oss nu slutligen till vår egen fäktskola, sådan den på statiska grunder upprättades af Ling, så finna vi, att företrädet hos densamma till en början ligger deri, att den sätter samma vigt vid försvaret, som vid anfallet; att den lika mycket fattar vapnet med venstra, som med högra handen, i olikhet med de nämnda främmande skolorna, på det att äfven militärgymnastiken i sin mån må bidraga till det ändamål, som hela rörelseläran efter vårt begrepp hufvudsakligen afser: menniskokroppens harmonisering. Det är lätt nog för hvar och en, som gjort sig något förtrogen med vår kropps anatomiska konstruktion, att inse, hvilken vigtig och stor förändring införandet af allsidighet i rörelseläran var, på hvilken ingen före Ling hade tänkt, och hvari just det rationella, det öfverträffande i hans och vårt system till en väsendtlig del ligger: allsidigheten, som vill tillägga arbetets ära äfven åt venstra sidan och påbjuder dess verksamhet. Den tillåter ej en utvecklad färdighet ensamt sitta på herrskarens högra hand, just för den harmoni, hvilken öfverallt är denne tillagd såsom ett arf från dess himmelska urbild. Strabo har rätt då han säger:

"— Det beror ej företrädesvis på enskilda delars fulländning hos ett konstverk, som skall afbilda något storartadt, utan blicken bör fästas på det hela."

Ett sådant "storverk" är menniskokroppen; hvilkens afbild den med densamma inneboende själen är, veta vi af religionen. — Det skönhetsälskande ögat stötes derför alltid af det abnorma hos menniskan, af ett haltande ben, en öfverextremitet, som förlamats vid att bryta arm med gikten eller reumatismen. Redan en för hög axel eller en för mycket utvecklad högersida — i förhållande till den venstra — som så ofta förekommer vid en högersidig fäktning, äro stötestenar för den gymnastiskt bildades ögon. Huru behagligt afficieras icke detta deremot af den jemna styrka, hvarmed ryggens nedre muskelknippen och de qvadratformiga ländmusklerna balancera den upprätta ställningen, allt för den tillfredsställelse, som hvarje harmoni meddelar. — Att motsätta sig den antropologiska lag, som föreskrifver en jemn arbetsfördelning vid vapenföring, är att mycket skada det yppigaste af naturens mästerverk, som, böjligare än något annat, derför äfven missbrukats till så mycket. Sjukdom och disharmoni mellan kroppens båda halfvor äro den sköna formens fiende, dess motsats. Hälsa och formskönhet åter, det är harmoni. Mången sjukdom, allmän blott för ena sidan, skulle från början ha kunnat motverkas, om man tillåtit det uppväxande slägtet utöfvandet af vissa göromål och handtverk med båda händerna, såsom att skrifva, föra symachin, taktpinne etc. Den tid, som härvid åtginge, ersattes rikligen af fördelen, att kunna öfverlåta arbetet åt venstra handen, då öfveransträngning, sjuklighet eller ålderdom förtärt nervsubstansen i den högra. När man öfvat dylika saker först med venstra handen och sedan öfverlåter utförandet åt den motsatta, så går arbetet vanligen lät-

tare. Derför börjar och slutar man fördelaktigast med venstra garden i fäktning; ty genom detta senare förmedlas nervositeten och cirkulationen. Minst bör denna vensterhändiga exekution ifrågakomma vid behandling af stråkinstrumenter, ty strängarnes läge förhindrar det betydligt; stråkens förande af motsatt hand förjemnar dessutom armarnes gymnastik, som eljest skulle förefalla vensterhändt. Vi känna blott en artist, som på detta vis uppträdt. — Tanken på sådana ensidiga sjukdomar *) — jag tror nästan, att det specielt var den redan då ofta förekommande skrifvarkrampen — förde den svenska gymnastikens inventor mot den rigtning, som både den militära och isynnerhet den medicinska genom honom tog, och hvarigenom det hela just vann sitt högsta värde framför andra länders rörelseläror, samt hvarigenom han vidare reformerade äfven den uppfostrande. Ty om också Ling vid de första och sista nämnde afdelningarne fann mycket före sig, serdeles hvad fäktkonsten vidkommer — ty Ling var ej vår Herre, som kunde skapa sitt verk af intet, lika litet som något annat snille, eftersom alla sådana *bygga* på föregångare och *hoppas* på efterföljare — så gjorde han likväl så mycket dervid, att gymnastik i vidsträckt mening blef för dem, som rätt vilja förstå den, *en vetenskaplig konst.* Han var således visst icke kommen, att upphäfva det förutvarande, utan blott att fullkomna detta. Han gjorde gymnastiken således till ett på ration grundadt vetande och lade specielt till den medicinska läran en ny lärogren — den passiva gymnastiken. Jag skulle visst icke anse detta såsom en fördel för en lidande menskliget, ty sätt att kurera folk ha vi tillräckligt nog ändock, om icke Lings medikalgymnastik hade till uppgift, att genom sin naturenlighet neutralisera de många andra med gifter och bitterhet uppblandade läkemetoderna. Det var Ling förbehållet att tillreda gymnastikkonsten i en sådan form, att den kunde trans- och exporteras till utlandet, hvilket ock skedde, och varan blef på utländska marknaden godt betald. — I hettan att värna Lings eganderätt till den rationella gymnastiken ha vi nu för andra gången — såsom det ofta lär hända, om kritiken ej ljuger — något gått från det egentliga ämnet, som var värjans historia. Då vi nu återfatta tråden till denna, vilja vi i korta ord påminna om några hennes utöfvande konstnärer från olika länder, som genom en mera ovanlig skicklighet för sig grundlagt ett europeiskt rygte och på samma gång visat värjans stora artistiska värde. De komma derför alltid att förbli hennes första förare och målsmän, änskönt måhända flera andra fäktare ägt lika stor praktisk förmåga, som de män, hvilkas namn jag inom några ögonblick vill nämna. Men dessas rygte, den popularitet, som de lyckats tillfäkta sig, göra dem enligt vår uppfattning företrädesvis förtjenta af historiens uppmärksamhet. Att vara skicklig, ja stor, är godt och bra; men att vara stor för alla, af alla erkännas, så att man är ett allmänt talämne för sin saks skull, en auktoritet, det är större och bevisar att personer, som föras liksom på hvar

*) Se Gymnastikens allmänna grunder, pag. 82.

mans tunga, ägt förmågan, att folkenliggöra sin sak. Det är just sådane derföre, som förtjena ett blad i ”populära föredrag öfver gymnastik”. Många kunna naturligtvis ej de vara, som genom värjan eller sabeln eröfrat sig ett europeiskt namn (ty man reser vanligen icke stoder åt fäktmästare). I dessa blad vill jag inskrifva namnen på endast fyra, hvilkas minnesvårdar ej blott gymnastikens historieskrifvare, utan äfven allmänna opinionen upprest. Den förste, på hvilken jag lägger minneskransen, är Italienaren *Salvator Fabris*, värjföringens fader, han, hvilkens rygte såsom artistisk fäktare ännu efter så många århundraden (han verkade nemligen i medlet af 16:de och slutet af 17:de århundradet) ännu lefver genom traditionen bland folket i och omkring *Jena*, der hans graf ännu visas. Äfven till höga Norden fördes genom honom en utbildad fäktkonst, i det han blef danske konung Kristian IV:s lärare. Dessutom tillegnades hans digra fäktbok *Scientza epratica d'armi di Salvator Fabris* i en tysk öfversättning vår Gustaf II Adolf. — Efter honom förtjenar *Didrich Porath* nämnas såsom en af de märkligaste medlemmarne af militärgymnastikens talrika familj, isynnerhet för oss Svenskar, hvilkas landsman han blef, då han hit inkallades af konung *Karl XI* att lära sonen fäkta; sonen, Karlakarlen bland Karlar, Nordens Bayard. Ett ärofullt uppdrag för Porath, som ensamt vore i stånd, att odödliggöra mannen! Det är verldshistorien, som här aflägger vittnesmålet om, huruvida Porath hade heder af sin elev, hvilkens rygte om krigiska idrotter är större än någon annans, *Napoleon* knappt undantagen. Tysk till börden var Porath sannolikt i andra ledet en lärjunge till den rygtbare Fabris, hvarför den *adliga fäktarebok*, som han utgifvit, röjer stor frändskap med Scientza d'armi. Den adliga fäktareboken blir alltid, om ock till sitt språk mycket föråldrad, af ett visst värde, emedan den är det första svenska arbete i gymnastik. Värdet ökas ännu mer genom dess praktfulla utstyrsel samt de många i koppar stuckna Karoliner, hvilket allt gjorde arbetet till ett af de kostsammare på sin tid. För Sverige är Porath vidare af serskild märkvärdighet derigenom, att han blef stamfar för en hel fäktareslägt, som fortfarit att föra värjan ända in i vårt århundrade. Lings närmaste företrädare i Lund var t. ex. en löjtnant *C. Porath*. Ättlingar af familjen finnas ännu, men dess vapensköld hänger numera ej på värjklingan, ty någon fäktare med detta namn känna vi för närvarande icke. I det afseendet anse vi slägten utdöd. Bland de sista Porathska afkomlingarne, som idkat stamfadrens yrke, voro, såvidt man känner, en fäktmästare i Lund, den förutnämnde Lings företrädare, som dog derstädes i hög ålder 1805, och en vid Åbo universitet. Om denne senare, som lär ha dragit pliten under Karl XII, säger den muntliga berättelsen, att han under sina fäktningar och kampanjer förvärfvat sig äfven konsten, att omåttligt skryta, en olat, som synes ha varit en nästan alltför vanlig osed hos framfarna dagars fäktmästare. Den omtalar bland kostliga anekdoter om Porath äfven följande: han hade en gång under hällande regn inkommit på ett värdshus utan paraply. Det sällskap, vid hvilket han genast slog sig ned, frågade honom om anledningen dertill. Ett

qvickhufvud, som ville återgälda vår fäktmästare de *stötar*, denne gifvit äfven åt sanningen, när han upphof sig att berätta, upplyste å Poraths vägnar, att en så skicklig fäktare ej behöfde något annat skydd mot regnet, än sin värja, med hvilken han var i stånd att parera hvarje droppe. Skrattet blef naturligtvis omåttligt. — Många andra lustiga berättelser lefva ännu om gubben Porath i Åbo; men det kan vara nog tillsvidare med anekdoterna, och vi öfvergå derför till den tredje mannen af värjan med ett odödligt namn, till Ling, för att äfven här säga några ord om denne originelle man. Skillnaden mellan honom och de båda andra storheterna, Fabrici och Porath, är i flera afseenden påfallande. De lefde dessutom i så skillda tidehvarf, att en betydligt olika verksamhets-sfer nödvändigt borde bli den senare tillmätt. Han utöfvade derför ej blott, utan reorganiserade såväl fäktkonsten som isynnerhet medikalgymnastiken, hvarom vi få lägligare tillfälle att tala i nästa afdelning. Han vann ej, såsom de förra, sitt europeiska rykte endast genom sin värjfäktning, ehuru denna likväl var så stor, att något motsvarigt hos oss ej nu finnes, utan hufvudsakligen genom sin rationella gymnastik och äfven till någon del genom sitt bajonettfäktningssystem. Lings virtuositet såsom värjfäktare var likväl, som sagdt är, så stort, att det troligen kunde mäta sig med hvilken annans som helst under samma tid, men till namnet var han ej känd såsom de förre; den store Grisier, hvilken under en lång del af Lings Stockholmstid lefde i naborikets hufvudstad, Petersburg, kände ej rätt ens hans namn. Mycket bidrog härtill den omständigheten, att han var född och lefde inom ett fåtaligt folk, hvars tillgångar och språk ha betydliga svårigheter, för att kunna rödja väg för de sina utom egna gränser. Lättare är det för de stora nationerna, hvilkas språk förstås, hvilkas legioner trampa och vimplar fladdra på hvarje del af klotet. Att Lings fäktkonst var af en stor fulländning, kan man något så när bedöma bland annat äfven af de berättelser, mer och mindre vidunderliga, som om honom allmänt omtalades på en tid, då det hos oss fanns verklig fäktkonst: huru han, för exempel, en gång inkom på Nachtigalls fäktsal i Köpenhamn, då han ännu sjelf var akademifäktmästare i Lund, och der så förvånade Nachtigall — sin granne, som nog förstod saken och som gjort sig väl förtjent om kroppsöfningsläran i sin helhet inom Danmark — att denne utbrast:

"— Anten är det Dæfvelen eller Lingen."

För öfrigt kan man anmärka, att ungefär samma anekdot berättas om andra artister inom andra konstgrenar, såsom om *Hummel*, på sin tid pianisternas konung, då han under sina konstresor kom till Moskau, der den utmärkte pianofortespelaren *Field* då lefde i största glansen af sitt konstnärsrykte, nu känd och ihågkommen endast genom sina "Notturnos". Innan Hummel fick tillträde till den förnäme pianistfursten, satte han sig ned i väntningsrummet vid pianot, för att fördrifva tiden. Han började fantisera. Field lyssnade innanför på de underbara tonfallen. "— Antingen är det Hummel eller —" tänkte han och sprang slutligen i förtjusningen ut till den exeqverande konstnären; "rätt gissadt, det var Hummel!"

Man kan anmärka, att det alltid i anekdoterna om Ling ligger ett erkännande af hans öfverlägsenhet, ingenting af detta gyckel och Geringschätzung, hvarför forntida fäktmästare eljest ofta voro utsatta. Ling var minsann icke heller att gyckla med. — Trots vår vackra föresats, att ej låta anekdoterna förleda oss till "diversgeringar" utom ämnet, ha vi likväl åter råkat in derpå; och säkerligen få vi derför många förebråelser af vissa pedagogiska och militära kritiserande gymnaster, inför hvilka det högtidliga allvaret alltid måste råda. Vi lemna derför för närvarande de många anekdoterna, som gå om denne kraftman, emedan de bättre lämpa sig för Lings biografer — sådane ha vi redan många och förträffliga — än för mitt ändamål. Ingen del af vår gymnastik har nemligen mera noggrannt blifvit genomarbetad, än just stiftarens lefnadsteckning. Vi äga sådana af hans skaldevän och svenska akademiefterträdare, *Atterbom*, af arftagarinnan till hans lyra, fru *J. L.*; vidare af en bland hans närmaste lärjungar, hos Ling sjelf knäsatt till gymnastisk idrott, *Professor A. Georgii*, m. fl. Vi kunna derför anse det om honom här sagda tillsvidare vara nog, hänvisande åhöraren och läsaren till de här namngifne lefnadstecknarne.

Det sista europeiska namn, jag här uttalar, är: *A. Grisier*, "fäktaren utan fel, Frankrikes första värja", hvilken så ofta spelar roler med uti *A. Dumas'*, *Paul Févals* romaner och *Scribes & comp:s* teaterstycken *). Alltid när någon skicklig fäktare eller farlig duellant måste fram på scenen hos desse, skulle han vara elev af Grisier, en sak, som bevisar hans stora rykte och öfverlägsenhet öfver andra franska fäktare. Grisier förestod en lång följd af år den förnämsta fäktsalen i Paris, der hufvudstadens alla celebra personer träffades med floretten i hand, från hertigarne af Orléans och Aumale till aktörseleverne vid Musikkonservatorium. Härigenom blef hans namn så populärt, att hela Paris, ja hela Frankrike och åtminstone halfva Europa kände fäktarnamnet Grisier. Denna stora popularitet ger honom en förtjent plats här vid de redan nämnde gubbarne. Det är möjligt, att Fransmännen haft lika stora värjfäktare, som Grisier — ty de ha ägt väldiga sådane i *La Boëssière*, *Saint-Georges* m. fl. — men ingens namn har så allmänt spridts, som den ifrågavarandes, ingen har heller gagnat fäktkonsten i sitt land med en renare teori, en konstnärligare utöfning, än just han. Grisier dog i Paris i Maj år 1863, 72 år gammal. — Genom de fyra namn, jag nu sammanställt, är värjfäktningen representerad hos de nationer, som mest bidragit till dess och gymnastikens utveckling: Italien genom Fabris, Tyskland genom Porath, Sverige genom Ling och Frankrike genom Grisier.

Värjan, som århundraden igenom var en sjelfskrifven följeslagarinna åt kejsare och kungar samt store män, hon som obesväradt steg in i hvarje slott och oanmäld hade tillträde till hofvens innersta, der hon fick bästa tillfälle att närvara vid mången kabal,

---

*) T. ex. Mémoires d'un maître d'armes pr A. Dumas, Pauline, nouvelle par le même. "Sedan solen gått ned", "Nyckeln till kassakistan", etc.

vid mången stor, mången nedrig handling och skändligt dåd, som, om den sjelf kunde skrifva sin historia, skulle kunna berätta, huru stater uppstå och sjunka under politiska jordbäfningar; värjan, som slutligen deltagit i så mången förtviflad kamp och paraderat vid så många segerfester — hon är numera en passerad, en förblommad skönhet, hvars damaskerade glans tiden urblekt, hvars fina spetsar brutits mot en materiellare tid, för hvilken detta idéella vapens svårskötta handgrepp ej passade, emedan den behöfde ett tyngre vapen i värjans ställe och derför drog den grofva sabeln. Sedan detta fina vapen brutit lansar vid Henrik den III:s hof, i *Karl V:s* och *Frans I:s* chevalereska härar, räddat Gustaf Adolf vid Dirschau — vid Lützen kunde det intet hjelpa — och *Karl X Gustaf* vid Bernsburg, halfdragen sett Karl XII falla vid Fredrikshall, blef det detta vapens sorgliga lott att bäras blott af civile tjenstemän på kurdagar och i hemliga ordnar. Hon såg sig då tvungen att helt och hållet afsäga sig sitt adelsskap. När omständigheterna gestaltat sig på detta för henne ofördelaktiga vis, borde hon, tycker mången, blott bäras af de få tjenstemän, som ännu förstå att föra henne, och desse äro fäktlärarne, ej några andra, för att åtminstone de i någon mån måtte häfda hennes anerätt. Hennes representationsförändring har emellertid längesedan försiggått.

Ett godt instrument är konstnärens halfva talang, säger man i musiken och serdeles med afseende å de oförlikneliga violinerna och violoncellerna, som för 2- och 300 år sedan tillverkades i Italien. Under värjfäktningens blomningsperiod var Spanien, och isynnerhet *Toledo*, på samma vis ensamt i sitt slag för sina utmärkta värjklingor, som af den tidens fäktkonstnärer lika högt värderades, ty en god värja var hans halfva talang.

„Vær hilst du Fortids Toledo,
Du ridderlige gamle By,
Hvor Maurer klinge blev smeded,
Om det gaar i Verden Ry.“ *)

Svärdssmedernas yrke är derför nära sammanflätadt med värjans historia under denna tid; vi lemna här namnen på några af de förnämste.

Den äldste svärdsfäjaren med stort rykte var *Julian del Rey, Il Moro* (Moren) kallad, som lefde i Toledo på 16:de århundradet. Han hade arbetat hos *Boabdil*, den siste konungen af Granada, sedan hos *Ferdinand den katolske*. — En annan ryktbar klingfabrikör var *Johannes del Orta*, boende i Valencia, men vistades äfven tidtals i Toledo för affärens bättre bedrifvande. — Den berömdaste svärdsfäjarefamiljen var emellertid *Sahagon*, från Leon och byn *Sahagen*, hvaraf detta då verldsberömda namn togs. *Alonzo di Sahagon* eller Viejo blef den namnkunnigaste af de många

*) *Andersen*.

ädla vapensmeder, som utgingo från denna familj. Viejo uppnådde en mycket hög ålder (lefde ännu 1570), efterlemnande 3:ne söner. I Spanska romanser från dessa riddaretider benämnes han "klingornas *Rafaëlo*", så konstnärligt förstod han att damascera värjans fina kinder *). — *Andreas Ferrara* var en annan ryktbar vapensmed från denna tid, förnämligast genom sina klingors stålsättning och härdning, som gjorde dem dyrbara för alla tider. Ännu lära sådana anträffas i Skottland och, hvad som är ännu besynnerligare, i Kaukasiens bergländer, der de under långliga tider gått i arf inom vissa slägter, hvilka ej velat afyttra för något pris dessa dyrbara klenoder. Man vet ej med visshet hvar eller när denne Ferrara lefde och för oss kan det kanske göra detsamma. Emellertid anföra vi här en sägen, som gör honom till en Arragoniens son, stödjande sig på den berättelsen, att *Katarina af Arragonien* medförde åt sin brudgum Henrik VIII (han med de många hustrurna och det grymma hjertat) bland sina skänker äfven ett stort antal sådana klingor, af hvilka en del skulle vara uppbevarade inom gamla skottska klahnfamiljer. Enligt *Walter Scott* lefde Ferrara i Italien och för den åsigten talar namnet.

B. Bajonetten.

Bajonetten är det stötvapen, som i vår svenska militärgymnastik står värjan närmast, fastän dess fäktsystem långt senare utbildades. Franska staden *Bayonne*, i hvilken uppfinningen af detta farliga vapen allmänt antages vara gjord år 1647, gaf det sitt namn.

"Cette arme que jadis, pour depeupler la terre
Dans Bayonne inventa le démon de la guerre,"

säger Voltaire härom. Troligt är, att första anledningen till dess uppkomst var den, att man snart insåg nyttan i förlängande af det stötvapen man bar, värjan och isynnerhet den korta dolken, hvarför man insatte dem i gevärsmynningen; sedermera fullkomnades vapnet i Bayonne och fick derifrån sin benämning. Vi ha således sett dolken uppkomma från den romerska stylus och från dolken bajonetten. Svenskarne begagnade den först af alla nationer till ordnade anfall, t. ex. under Karl XII:s och Stenbockens krig, genom hvilka de vunno stora fördelar öfver sina fiender. Åter ett bevis på, huru vårt fädernesland gått i spetsen för äfven denna del af gymnastiken! I det öfriga Europa trodde man länge det vara omöjligt, att kunna skjuta rätt med påskrufvade bajonetter. I vår tid får man deremot någon gång höra en motsatt åsigt (absurd i sanning!), att man skjuter bättre med bajonett på refflare, och vid soldaters målskjutningar behåller man dem ofta på. I preussiska armén lät man (år 1732) endast första ledet skjuta med bajonett-

*) Damaskeringen utföres ännu i Orienten genom ett ämne, kalladt *Zago,* som, jemte en lösning af alun och jernvitriol, fräter på oädla metaller, utom på bly.

beväpnade gevär. I sjuåriga kriget gjordes af dem de första bajonettanfallen. — På *Suvarows* råd begagnade Österrikarne detta vapen i krigen mot Fransmännen 1799. Ryssarne hade den således inom sina arméer. — Hos Engelsmännen började bajonettens användande äfvenledes under krigen mot Franska republiken (omkring 1792). Ännu var likväl det regelmässiga bajonettförandet i sin linda och af föga betydelse för den utbildade fäktningen, då de här omnämnda förhållandena egentligen höra till massakern massorna emellan och ej till den enskilda striden man mot man eller efter ordnad taktik. En tillstymmelse åtminstone till en förbättrad systematik i bajonettfäktningen spåra vi i Danmnrk genom den förut omtalade Nachtigall år 1805 eller precist samtidigt som Ling uppträdde med sitt ännu vida fullkomligare bajonettfäktningssystem. Det är nog troligt, att de båda fäktmästarne i Lund och den i Köpenhamn visste af hvarandra i denna sak. Såväl vid detta som vid sina andra gymnastiska reglementeranden stod Ling betydligt framom alla öfriga inom facket, emedan han alltid lade menniskokroppens anatomiska och statiska förhållanden till grundval, då deremot de andra vanligen handlade "på en höft". — Det Lingska bajonettfäktningsreglementet, som redan började sammansättas under året 1805, trycktes först år 1836, betydligt förkortadt, att ej säga stympadt, och anbefalldes då till efterföljd vid det svenska infanteriet. Det nu gällande exercisreglemente, som i sig intagit en del af det förra, har gjort det med åtskilliga förändringar, om till systemets nytta lemna vi derhän. Lingska systemet har äfven legat till grund för bajonettfäktningen inom den preussiska och ryska armén, ehuru det sedermera derinom mer eller mindre utträngts af andra åsigter. Då den förutnämnde Grisiér vistades såsom värjfäktmästare i Petersburg, arbetade han mycket på inventerandet af en dylik metod för den ryska soldaten; men sjelf förstod han för litet af detta vapen och kunde ej utföra idéen, såsom han sjelf tillstår; dess nytta, att föröka musketörernas vigt, insåg han deremot fullkomligt, ty han var en rationell och resonerande fäktare, som, utan att äga Lings klarhet i teorien, dock visste hvad som i praktiken var att göra. — Bajonettmodellen har undergått mångfaldiga förändringar, sedan dess början, genom dolkens insättande i gevärsmynningen till den så kallade Wredeska modellen af år 1861. Stundom ha de korta varit de fördelaktigaste, än de långa, ungefär som händelsen varit med sablarne, hvilkas företräde än ansetts ligga i den krökta klingan, än i den raka. Dylika skiftande åsigter uppkomma som oftast derigenom, att *för* och *mot* ej tillräckligt afväges på naturlighetens geometriska vågskål, utan tillformas af okänsliga händer på en träff. Hvad som åstadkommit de Lingska systemernas hållbarhet, vi upprepa detta, såväl hvad värja och bajonett som hans gymnastikrörelser beträffar, är just den omständigheten, att han alltid tog naturlagarne med vid snillets beräkningar, när han ville åstadkomma något. Konstnär, som han var, gjorde han såsom dessa vanligen bruka, när de behöfva förebilder för sina skapelser: de gå ut till naturen, det lefvande verldslifvet, och hämta der materielet, leran så att säga, till

sina alster, hvilka de sedermera omforma i konstnärliga händer till en idéel sanning, lämpad till praktisk riktighet och användbarhet. Så också Ling vid sin fäktkonst, sitt skaldskap, i sjukgymnastiken, i maskineriets uppställande vid den uppfostrande delen af rörelseläran; derför blefvo alla dessa snille-idéer ej blott tomma kammarskapelser, utan ägde motsvarigheter i verkligheten, ej hugskott eller konfigurationer i pompejansk stil, som sväfva i luften utan fotfäste; af dylika figurer är tyska gymnastiken fullproppad. ”— Så länge man ej följer naturen, skall man evigt vackla mellan stridiga reglementsföreskrifter”, var den store mannens valspråk.

Äfven hos oss har efter Ling mycket dåligt påhittats i samma stil af svaga hjernor, hvilkas enda afsigt synes ha varit, att ofta bli omnämnda i tidningarnes rapportböcker. Det är oss ej tillåtet, att här ägna mycken tid åt de många förändringar, som bajonettmodellen undergått; vilja blott yttra vår tro om, att den, som brukas af vår armé och våra skarpskyttar, är alltför lång, hvarigenom bajonettfäktaren lätt invecklar sig i motståndarens vapen eller rustning, derigenom åter bajonettklingans styrka vid bajonetthalsen alltför mycket minskas, som man ofta i verklig bajonettfäktning kommer i erfarenhet af. *Rädda soldater ha långa gevär* (nu för tiden rättare sagdt: långa bajonetter) är ett elakt, men träffande ordspråk. Vi sade nyss, huru nyttigt och nödvändigt det är, att alltid rådföra sig med naturen och dess oförvanskliga lagar, när det gäller att stifta reglor för en så naturlig konst, som rörelseläran är, för att densamma ej sjelf må bli haltande på en höft. Att i gymnastik strida mot naturen utfaller alltid till vår nackdel; man försträcker höftsenan eller något annat parti antingen på sig sjelf eller den man öfvar, liksom ”Jakob i striden mot Herran”. Hvad upplyser oss då, rörande våra anfallsvapen, djurverlden, der Skaparen omedelbart skrifver lagarne och reglementena? Jo, zoologien säger, att de starkaste roffoglarne, örnen, falken, höken, ha korta, starkt krökta näbbar: de åter, som lefva af as, gamarne, ha redan längre näbbar af svagare textur.. Denna paralell, som visserligen ej är fullt ofelbar, lika litet som hvarje annan — jag medger detta gerna, men anför dock förhållandet — talar således till förmån för de kortare bajonetterna och de krökta sablarne, af hvilka ingendera nu är på modet. De fogelslägten, som lefva af den ringlande masken, den lätta insekten eller den mjuka mollusken, ha näbbarne vanligen ännu svagare, längre och bredare. — Medan vi äro inne på kapitlet om djurens anfallsvapen, torde det ej vara utom sin plats, att till någon del dit hänskjuta frågan om fäktargarden och dess utfall. — Betrakta vi de vigaste och mest muskelutvecklade stridsmännen bland däggdjuren, det vill säga arterna inom kattslägtet, så finna vi, att dessa vid sina *duelles d'amour*, vid sina jagter och sitt sjelfförsvar emottaga ett anfall ej blott med starkt böjda bakben och sammanpressad kropp, utan äfven angripa sin motståndare ungefär från samma utgångsställning. Detta är remarkabelt nog och torde böra läggas de fäktare på minnet, som i sin gard vilja stå i den falska ställningen med lika böjda knän. Djuret samlar i den beskrifna ställningen bäst sin kropp och vinner största

förmågan, att med aldra största snabbhet och träffsäkerhet störta öfver sitt byte eller mottaga angrepp och förvandla detta till sin egen fördel, ifall motparten vid anfallets vigtigaste ögonblick förlorat *tiden*. Hvad kan fäktaren lära häraf? Att skyndsamhet i attacken blir en hufvudsak i all fäktning, i all strid, gällande således lika väl för den enskilde bajonettfäktaren, som för stridande arméer. Uti de tvänne största krigen, nyare historien antecknat, det tyska tretioåriga och franska revolutionskriget, var Torstenson representanten för snabbhet i manövern uti det förra och Carnot i det senare. Napoleon tillägnade sig dennes system och utförde det till sin fulla utveckling. — Fäktaren kan vidare lära af hvad vi anfört från djurverlden, att ställningen i gard *(värnställning)* med böjda knän, det bakre mer än det främre, förstärker och underhjelper hans rörelser till muskelstyrkans ansamlande såväl vid anfall som reträtt. Bålen jemte bakre benet är här att betrakta som en fast bjelke, vid hvilken den rörliga främre armen har sitt stöd, hvars motvigt och förjemnande motsvarighet bildas af den bakre upplyftade armen. Jag förbigår här de enfaldiga inkast, som blifvit gjorda mot grundställningen i vår fäktkonst, isynnerhet som de oftast blifvit gjorda endast för att framhålla ett litet obetydligt "jag". Redan när Lings fäktreglemente först diskuterades till antagande vid armén, framkom general L. — en ganska bildad militär i öfrigt, men som tilltrodde sig mer förstånd om fäktkonsten än billigt var — med den anmärkning, att bakre knäets böjning och kroppens bakåtdragning vore menligt för attackens styrka. En gymnastikman var då djerf nog, att dräpande tillrättavisa den bistre och stolte generalen med det yttrande, "att redan en piga förstod saken bättre, ty när hon bär ett vattenämbar, upplyfter hon, så godt hon kan, den icke bärande armen och öfverför kroppstyngden åt sidan, som är motsatt tyngden." Att senare fäktlärares stora förändringslust bidragit att skada vår gedigna svenska fäktkonst, är emellertid säkert. Med denna är det samma förhållande som med gamla arkitektoniska mästerverk: borttager man ett eller annat utsprång (utfall), så ramlar hela den konstnärliga byggnaden eller får åtminstone deraf djupa skador. Beröfvas det ett eller annat af sina accessåarer, så är ästetiken i densamma förstörd och det hela förvandlas snart från artistens konstverk till dagakarlens handtlangarearbete. — *Ju mjukare knän och fastare arm alltså, desto skickligare fäktare;* detta blir en paragraf i fäktkonstens grundlag, gällande så länge menniskokroppens mekanik består. Hvar och en öfvertygar sig lätt om sanningen häraf, blott han, med allvar för ren fäktkonst, gör sig förtrogen med de för djurverlden föreskrifna instinkter och med de reglor, som följas inom dess fäktarplatser. Icke nedsätter det menniskan, så skapelsens herre hon än kallar sig, att oftare, än som vanligen sker, under sina uppfinningar blicka in i instinkternas områden och der hämta lärdom, när eget skarpsinne är för närsynt, att tyda skapelsens chiffer. — För att äfven ha något godt att säga om moderna förändringar inom bajonettvapnet, vilja vi ej underlåta omnämnandet af hr major Wahlfelts invention, hvarigenom gevärets

bajonett är rörlig. Vid stöten indrifves den i pipan, men återföres af en stålfjeder i sitt vanliga läge, hvarigenom en sann kontrafäktning med detta tyngsta stötvapen blir möjligare, än när de stridande nödgades påkläda sig förfärliga grofsmidesrustningar. *) Det är gladt att påträffa något, som duger, bland så mycken falaska, den uppfinnare inom gymnastiken årligen strö ut, men den tiden lika oförtrutet bortblåser.

C. Sabeln.

Sabelhuggningen nämna vi sist vid militärgymnastiken, såsom varande af senare datum, än de föregående afdelningarne.

Sabeln är en afkomling från de gamles slagsvärd. I ett regelmässigt förande af detta vapen gingo äfven Svenskarne före andra nationer; jemte de danska kavallerierna voro nemligen våra de första, som drogo sina sablar efter ett ordnadt system, för de förra utarbetadt af den förtjenstfulle Nachtigall, för de senare af Ling, som för detta vapen skref ett kort reglemente, infördt i hans samlade arbeten, pag. 706. De såkallade Danska huggen ha till och med vunnit ett visst renommé i våra dagar. För egen del anse vi dem temligen olämpliga i sqvadronen, der de troligen äro farligare för den huggandes sidokamrater och deras hästar, än för fienden. Använde i flankonering och annan spridd kavalleristrid, äro de troligen af större nytta.

Vi medhinna ej att vidlyftigare orda om detta vapens teori; blott ett vilja vi framhålla såsom nödigt och karakteristiskt vid sabelns behandling, det är: att hästkarlens vapen, sabeln och ännu mer lansen (en afkomling från de gamles spjut), böra vara längre än fotfolkets sidovapen, emedan den förre måste försvara en större areal, sig sjelf och sin häst, och dessutom ej så mycket besväras af vapnets längd eller tyngd, enär hästen mest bidrager vid dess bärande. — Under Napoleons kejsarregering eröfrade sabeln ett mäktigt inflytande i de ärorika kavalleristriderna. Den praktiska jättenatur, som då utpekade Bellonas blodiga stråt, ville se massor och tyngd i allt. I Franska armén började man då t. ex. för kavalleriet uttaga de störste karlarne, för att genom tyngden hos manskapet och dess höga hästar trycka ned motståndarne vid chockerna. Ända från Marengo till Waterloo visade också det Franska rytteriet under Kellerman, Murat, Nantsouci m. fl. genom sina vindsnabba karrièrer och mördande inhuggningar, att öfverherren dömt rätt. Värjans ästetik från régime ancienne var för denne *homo novus* af ringa värde, när med den ej bataljerna vunnos. Vår tid har återvändt till hans åsigt i detta fall.

---

*) Se vidare härom: Några ord om Gymnastik af Zanders, pag. 64.

3. Den Medikala Gymnastiken

började här i landet aldraförst utöfvas åren 1813—14, af hvilket sistnämnde år instruktionen för Central-Institutet i sin helhet är utfärdad, gällande ända till år 1863, således ett halft sekel. — I hvad mån och med hvad rätt kan man säga, att Ling i sin rörelseutöfning såsom sjukgymnast var sannt originell och verkligen förtjenar namn af sjukgymnastikens grundläggare i dess närvarande vetenskapliga skick? Förtjenar vår rörelselära benämnas en svensk uppfinning?

För att någorlunda nöjaktigt besvara denna fråga, blir det nödvändigt, att gå långt tillbaka i tiden, till den gymnastiska historiens sagoperiod, som inföll under det kulturen hos Orientens äldsta folkslag stod i blomning. Vi nämna då först Hinduerne, under hvilkas himmelsstreck den menskliga odlingens vagga i allmänhet är att söka, vidare Chineser och Egyptier. Män af yrket visste redan för många år sedan, långt innan den storpratande franske läkaren *Estradère* utgaf sin kritiklösa afhandling: *"Du Massage"* etc., att sjukgymnastik öfvats af Chineserna — ett folk, som länge varit för ringa beaktadt, originellt i allt, från krutets och boksvärtans uppfinningar till komposters samlande och barberareyrkets utöfning (förlåten sammanställningen, men vi äro ej de första, som jemföra gymnastikens konst med rakarens). Troligt är, att sjukgymnastikens utöfning vidare skred vestvart öfver till Afrika — en vanlig stråt för vetandet under denna aflägsna tid — der Egyptierna upptogo den. Att döma af hvad *Egidius Colonna* skrifver, bestod denna sjukgymnastik hufvudsakligast af magknådningar och andra raffinerande förberedelser till baden, som hos detta öknens folk ansågos såsom ett af lifvets förnämsta behof i ett hett och förtorkande klimat. Från Egypten hemtade, som kändt är, Hellenerna mycket af sin bildning, bland annat äfven namnet sjukgymnastik, och det lilla deraf, som Nildalens folk (sjelfva kallande sig *Rem-en-Remi)* föröfrigt hade att lära ut. Hos Hellenerna antog saken en konstnärligare art och utbildades genom erfarenhetsrön till en renare natur. Vi måste derföre dröja en stund hos dem, betraktande deras sjukgymnastiska inrättning.

Om det formella och rent tekniska af hellenisk sjukgymnastik veta vi just icke mycket. Utan tvifvel har deras böjliga och rika språk, som aldrig stannade i förlägenhet för en saks benämnande, haft en ganska utbildad terminologi, ett gymnastikspråk, liksom vi; för detta antagande tala både språkets rikedom och gymnastikens utveckling i Hellas. Men några spår eller skriftliga minnesmärken deraf finnas icke och derför är möjligheten oss beröfvad, att taga reda på dess verkliga utöfning. Alla handskrifter i detta ämne, ända till ett århundrade före *Galenus* (född 131 före Kristus), ha gått förlorade. Vid gräfningarne i

Pompeji hittade man visserligen år 1860 en pergamentsrulle af — såsom det uppgafs i en utländsk tidskrift uti notisen härom — *Esklepiades*, lefvande omkring 300 år före Kristus, således på en tid, då hellenisk sjukgymnastik åtminstone traditionsvis var känd, kanhända till och med ännu utöfvades i *Græcia magna* eller nuvarande södra *Italien*, om ock de sannt antika gymnasierna dåmera ej utdelade några segerkransar i moderlandet. Denna märkvärdiga pergamentsrulle — så lyder vidare underrättelsen — upplades uti det ovärderligt rika kongl. museum i Neapel, der alla forntida skatter från den uppgräfda staden samlas. Men såsom förhållandet ofta är med de i Pompeji gjorda fynden, har man ingenting vidare hört om denna för kännedomen om den helleniska gymnastiken intressanta rulle. Det är kanske väl osäkert, tvärtom tvifvelsamt, huruvida vi, ifall vi ägde några skrifna monumenter af den, deraf skulle kunna draga någon praktisk nytta i utöfningen af vår svenska sjukgymnastik. Vi ha rätt att betvifla detta, bland annat på grund af Plinii den äldres utsago, enligt hvilken kännedomen i denna del af gymnastiken var serdeles ofattlig till och med för dess samtid, och inträngandet i dess kännedom mycket försvårades af det hårda skal, som omgaf kärnan, utan att sötman af den motsvarade arbetet, allt för de förstudiers skull, som lär ha erfordrats i geometri och — i musik. Vi anmärka redan här, att en viss märkvärdig likhet (vi komma straxt till flera) spåras med vår egen medikalgymnastik under dess första utveckling. Petitesser och ett otydligt chifferspråk voro anklagelsepunkter mot båda; men de böra bedömas som ringa i jemförelse med bådas ljusa sidor: matematisk renhet i systemet — detta tillägges verkligen äfven den grekiska sjukgymnastiken af de få författare, som lemnat något ord öfrigt derom — och en förening dermed af den fria konsten, af musik, plastik och poesi. Dessa senare likheter förde båda, den helleniska och svenska, till en hög ståndpunkt, hvarifrån de snart skulle falla, likt allt annat jordiskt, födt att förgås och i förändrad gestalt förbättradt återvända, allt efter tidens vexlande åsigter. — Genom *Herodikus*, hvilken somliga antaga ha varit *Hippokratis* lärare, andra hans lärjunge (sannolikt det förra), insågs först bland Hellenerna rörelsens läkekrafter. Han använde den först i större utsträckning och satte i rörelsemedicinen ett slags system. Genom aktgifvande på de gossar i skolan, der han var lärare, erfor H., att de af dem, som sysselsattes med fäktande, voro friskare än de, som saknade denna kroppsöfning. Herodikus använde nu först sin läkemetod på sig sjelf och eröfrade från döden genom rörelse och diet med en sjuklig kropp en lång lifstid. Man brukar äfven anteckna, att *Asklepias* (namnet anser man vara en förvändning af *Esculapius)*, ett århundrade före Kristus, botade sig från en farlig sjukdom med kroppsrörelse. — *Jæger* i sin *Gymnastik der Hellenen* nämner, besynnerligt nog, ingenting om denna vigtiga del deraf, som dock *Krause* ej stillatigande förbigår. Vi sjelfva, som ej här skrifva någon utförligare historia, ange nu blott dessa få omständigheter rörande den helleniska sjukgymnastikens första utvecklingsstadium för jemförelsens skull med vår egen och emedan

de äro för oss med säkerhet kända. Att likväl friskgymnastiken alltid ställdes i främsta rummet mot det yngre och svagare syskonet, är utom allt tvifvel; vi kunna sluta dertill bland annat deraf, att detta formälskande, sinnligt sprittande folk, i likhet med hela forntiden, alltför litet respekterade sjuklighet eller ålderdom och satte för stort värde på ungdomsfriskhet och lefnadslust, för att den botande rörelseläran skulle kunna få sig samma plats inrymd, som den uppfostrande, och så praktfulla tempel uppförda, som denna, hvilken dyrkades i hvarje Hellas' stad och öfverallt räknade anhängare i öfverlägset antal. Att vi om Grekernas friskgymnastik ega en temligen fullständig kännedom från deras egen litteratur, men ringa eller ingen om deras sjukgymnastik, talar äfven för den enas utbredning och den andras inskränkning. Forntiden betraktade, som sagdt är, icke sjuklighet och ålderdom med sådana filantropiska ögon, som kristendomen lärde och ålade en senare tid. För Greken (i detta som mycket annat lik fornskandinaven) var kroppens bräcklighet och oförmåga att deltaga i deras rörliga samhällslif ett stort fel. Man vore frestad påstå, att detta hos dem nästan betraktades såsom insolvens i våra dagar, med den skillnad likväl — att det förekom mycket mera sällan. Om det förra hos Grekerna ej precist medförde förlust af medborgerliga rättigheter, så hade i vanliga fall sjuklingen och krymplingen just icke mycket att påräkna af det allmänna deltagandet. Nästan hela deras gymnastiska lif måste derföre hufvudsakligen komma att röra sig omkring de ungas och friskas öfningar och brottningar, ordnade, som de enligt sagan voro af *Tesevs*, kring deras kapplopp m. m., vid de af *Melicertes* uppfunna spelen på *Istmos*, der fikonlunden, med hvilkens löf segraren bekransades, ännu lär stå qvar *). Blott en eller annan tänkande läkare efter Herodikus var det, som genom observationer på rörelsers nytta å friska personer använde vissa sådane på sina patienter, *tout comme chez nous*. Här är rätta tillfället att visa, huru många likheter det gifves mellan den antika helleniska sjukgymnastiken och den moderna svenska, ändock att den förra för den senare blott var känd till namnet. Ling säger sjelf i sin gymnastiklära, att Hellenernes medikalgymnastik är en hemlighet; genom sitt snilles slagruta upptäckte han på nytt denna skatt, hvarigenom så mycken hälsa och kraft framkallas, men hvars tempel i årtusendens långa natt varit öfverväxt af glömskans mossa. Denna okunnighet, som herrskade under större delen af medeltiden, var en andlig digerdöd, som tillintetgjorde mycket af forntida vetande. Äfven rörelselärans tempel öfverväxtes då af vandalismens ogräs. — Embryonbildningen till bådas sjukgymnastikläror, Hellenens och Svenskens, hade en påfallande likhet: den uppstod hos båda genom en sann naturåskådning, ej genom blott teoretiserande, hvarför just så många likheter dem emellan vidare kunde uppstå, utan att den senare behöfde "daguerrotypiskt" efterapa den andra — ifall detta också varit möjligt. Hvar och en, som något litet tagit del af Lings biografi, känner redan att idéen hos

*) Steffens resa i Grekland.

honom om rörelsens nytta såsom botemedel, uppstod, då han fann sin af reumatism försvagade arm förbättras och helas genom fäktning. Huru likt är icke detta med hvad vi nyss berättade om Herodikus, den förste, som hos Hellenerne tänkte på denna sak! Båda förenade gerna vid sina första sjukgymnastiska försök de kranka med de friska (så mycket veta vi, hvad Herodikus beträffar, af de gamles skrifter), dels för att pröfva rörelseinflytandet på de friska och sedan dess användning på sjuklingen, dels för att genom de friskas och ungas upplifvande rörlighet och lefnadsmod väcka de andres lifskraft. Sjukgymnastiken hos dessa båda i tid och läge så långt skilda folk — det helleniska och det svenska — utgick således från friskgymnastiksalen, dit en och annan krämpfull stackare liksom ovetande inkommit och deltagit i de gemensamma *friskrörelserna*, således hos Greken i kapplopp, hoppning, språng, diskus, brottningar, cestus, med ett enda ord benämndt: *Pentatlon* — hos L. i den ännu brukliga friskbehandlingen, d. v. s. språng öfver tåg, öfver häst, äntring etc. Snart måste man likväl skilja de sjukliga och sjuka från de friska, när nemligen antalet af alltför skräpiga voltigörer tillväxte; man måste då skilja agnarne från hvetet — ett förhållande, som ännu mer nödvändiggjordes, sedan gymnastikläkaren fått mera tid på sig och kunskap att aktgifva *(diagnosticera)* förhållanderna. Dermed var nu indelningen af frisk- och sjukgymnastiken gjord. En ytterligare likhet: den grekiska skolan beskylldes af samtiden, att för mycket inhölja sitt vetande i ett svårfattligt språk, som derför icke undgick begabbelser af mängden. ”Det liknade — sade man — de äldsta mysterierna, hvilkas skrifter voro uppfyllda med talrika slängar utaf mångfaldig skapnad, att innehållet skulle göras obegripligt för de profane.” Hvem tänker icke härvid på det hemlighetsfulla sätt, som blef regeln hos oss i sjukgymnastikens början och som också af glopar på den tiden beleddes. En hemlighetsfullhet vidlådade då verkligen de gamle Lingianarne, som tvifvelsutan var mer till skada än gagn. Men mycket var en följd af det motstånd, som prohibitisterna lät stiftaren vederfaras. Man kan icke heller annat än dervid tänka på vår ännu gällande receptskrifning, som ingalunda ger efter i mångfalden af ”slängarne och deras olika skapnad”, och rörelsernas namn, hvilka Ling sjelf gjort löjliga och förlöjligat, på det han derutinnan, såsom god taktiker, skulle förekomma sina ”motståndare”. Med dessa och andra obetydligare fel, dem man kan påbörda båda skolorna, ägde de likväl de stora förtjenster, vi redan förut till någon del angifvit, t. ex. den, att de alltid betraktade frisk- och sjukgymnastik såsom tvillingar, hvarföre de gerna sågo dem leka tillsammans, den sednare stödjande sig på den förras starka lemmar och det *skönas* former, då den i början af sin tillvaro var för svag att *bära* sig sjelf. Häraf uppstod snart ytterligare *sköngymnastiken (den ästetiska)*, hvilkens förening med de nämnda grenarne bildade ännu en likhet mellan den helleniska och svenska, den vi något närmare komma att betrakta i sista afdelningen af dessa föreläsningar. — I korthet sagdt tro vi, det förnämsta likheten emellan de båda lärorna ligger deri, att bådas

idkare under dess guldålder fulleligen förstodo kroppsöfningslärans nödvändighet i uppfostran och stora nytta i medicinen. Märkvärdig blir alltid öfverensstämmelsen mellan tvänne i tid och rum de äldsta och yngsta, i läge de sydligaste och nordligaste, så skilda folkslag. Redan det är anmärkningsvärdt, att Greker och Svenskar eller, med en kollektiv benämning, *Norrmän* (några Anglo-Saxiska stammar dit räknade, t. ex. Skottarne) äro de enda Europeiska folk, hvilkas förfäder utöfvat en nationell gymnastik i högre mening. Våra förfäder hade till och med en aning om sjukgymnastik och det är mer troligt, att Ling styrkte sin idé om denna konst genom kännedomen om "Asarne och deras ätt", som han mycket noga studerat, än från Grekerna, hvilkas fornkunskap han visst långt obetydligare kände, ännu mindre från Chineser; ty deras litteratur i sjukgymnastik hade han bestämdt icke reda på. — När *Snorre Sturleson* talar om *Harald den digre*, yttrar han bland annat om honom, "att hans händer hade en stor läkekraft: det var kändt om honom, att han genom *strykande med händerna* och deras påläggande botat svår höftvärk på en gosse m. m." "Han ägde — säger han vidare — den idrotten, att ha goda, *lenfäldiga* händer", eller, som vi skulle kalla det, ett godt gymnastiskt handlag. Vid fordna tiders läkeri satte man stort värde på mjukt, lenfäldigt sådant, hvarför också qvinnor oftast bestridde tempeltjensten hos den nordiske Eskulapius. Det var väl ej blott af tillfällighet, som Greken och fornskandinaven voro lika i gymnastisk idrott m. fl. I skaldskapet, som vanligen är folkens första bildningselement, hade båda nationerna, jemte sina Anglosaxsiska slägtingar, stor frändskap: Homerus, Ossian voro representanterna; jag tvekar ej att som det tredje namnet dit insätta Lings. Isynnerhet i sin gudalära voro de lika och troligt är, att Odens skaror, vandrande från Asahem, medtogo som minne delar af de bildningsskatter, till hvilka Grekerna redan till stor del förlorat äganderätten. Men ju längre läran, den ena som den andra, vandrade mot den kalla Norden, desto mera förlorade den i sinlighet; den lefnadsglade Hellenens verldsåskådning, som med tviflande blickar såg upp mot ett blifvande lif, öfvergick hos Svea-Götiska stammarne till en allvarsammare, kallare åsigt, öfverensstämmande med landets natur och klimat. Hellenernas vällustiga, ästetiska natur, som yttrade sig i både deras gymnastik och gudalära, härdade sig hos skandinaven till en kantigare, en hårdare, men också mera ren natur. Intet laskivt på de senares lekvallar körde ungdomskraften på flygten; ingen sydländsk onatur smutsade Valas och Eddornas sånger. Låt vara att Hellenerna öfverträffade våra förfäder i gymnastisk skönhetslära; segervinnare blefvo de senare dock, när det gällde personlig tapperhet, dödsförakt och styrka i att försaka. Klimateriska olikheter, som sagdt är, samt öfvermått eller saknad af bildning hade härvid mycket sin *hand med i spelen*. Nu ha de gymnastiska spelen längesedan upphört på de förras halfö — sjukgymnastikens utöfning isynnerhet har flyttats flera breddgrader från sitt gamla moderland; den tycks ej numera tåla vid sydligare latityd än Wiens.

Fäktningen fortlefver ännu vid Medelhafvets gräns, men der upphör äfven den.

Ling fann i teoretiskt hänseende ingenting före sig, när han gjorde början till sjukgymnastikens pånyttfödelse. Före honom och hans närmaste efterträdare, medikalgymnastikens utbildare, fanns, såsom vi redan omtalat, väl namnet och en viss utöfning af obekant art och ringa utbildning hos aflägsna, halft kultiverade folk, men några spår till en sann teori, som kunde vägleda de svenske gymnasiarkerne, funnos icke. Emedan desse män grundade sin sak på vetenskap, blef den svenska gymnastiska läkekonsten i sin utveckling, när den snart delade verlden i tvänne hälfter (anhängare och motståndare), något helt annat än den lära, som hos de gamle benämndes sjukgymnastik. Derigenom att Lingska skolan antog, det de aldraflesta sjukdomar uppkomma genom blodets abnorma svallning, hvaraf brist hos somliga delar och öfvermått hos andra bli närmaste följden — en sats, som vunnit terräng genom senare tiders förnämsta fysiologer — och af erfarenheten visste, att denna oriktiga svallning kunde omstämmas genom vissa rörelser eller handgrepp, så att det lifskapital, vi kalla blodet, det verkliga lifsvattnet, kunde i större mängd tillföras de törstande kroppsdelarne, men öfverfyllda, öfvermättade lättas och befrias från en sjukbringande börda, blef den en på ration och vetenskap grundad konst, hvilken väsendtligast skilde sig från annan medicin, genom att vilja bota med kroppens eget inneboende vätskeinnehåll, som ej fick uttömmas (iglar eller åderlåtare finnas ej på gymnastikens kliniksal), utan genom öfverförande deraf från ett ställe till ett annat; det blef en slags kanaliseringsverk, något motsvarande hvad det rationella åkerbruket benämner ängsdikning. Blodet uppbringas derigenom till ett räntebärande och vinstgifvande kapital, i stället för att i slösarens händer förgiftas, förskingras och bringa sjukdom åstad. Ett naturligt system uppstod härigenom, skiljdt från de gamles genom den bas, hvarpå den hvilade, som var vetenskaplig.

Om vi möjligen vidare vilja medgifva, att flera tänkande män både i forntid och nutid utsått frön, hvarur isynnerhet den uppfostrande G. efter många **generationsväxlingar** uppstått, så var det dock Ling, som fick fram detta bestående naturliga system; derför förtjenar han namnet af dess grundläggare: efter han var svensk och sakens utveckling vidare försiggick genom en hans landsman, hans efterträdare, samt svenska staten dessutom bekostade upptäcktens första utrustning, om ock med en ringare penning än hvad vi i dylika fall nu äro vana utbetala, så är den en verklig svensk uppfinning, hvilken såsom ett slags danaarf från Lings tid tillhör hela menskligheten.

Det var gifvet, att mot ett förslag, som detta, en massa svårigheter redan vid dess vagga skulle upptorna sig, först och främst genom den medicinska intoleransen; så snart man fick med de patenterade läkarne att göra, och så snart gymnastikens utvidgade gränser tangerade deras fridlysta, heliga jord, voro stridens kastspjut snart i full gång, i synnerhet som fäktkonst var den ena partens yrke och skråmässighet den andras. Den förras anförare

voro den tiden icke heller män, som, när de hörde huggen hvina emot sig, underläto att ”repostera” dem. Slentrianen — en farlig motståndare, som nu fick en svår stöt — hjelpte bra till, att lägga hinder i vägen för det nya företaget. Den förste sjukgymnasten hos oss fann derför föga mark, hvarifrån grundstenar kunde hämtas till det nya tempel, som han ville uppresa åt hälsan, föga grustäckt, hvarmed han kunde fylla de många svåra vägar, på hvilka en reformator inom Eskulapii despotiskt styrda länder hade att färdas. Nästan allt måste med tvänne tomma händer framskaffas ur snillets fatabur. Men dessa händer drefvos till arbetet af en blossande entusiasm, som hade sakens nytta klart för ögonen och derför ej fruktade hindren. Allt måste skapas nära nog nytt, från redskapen i sjuksalen till språket, hvarmed den nya lärans taflor skulle fullristas. Ling sjelf satte ringa värde på detta språk och förlöjligade det sjelf, som vi sagdt, dit insättande tokroliga namn (t. ex. fästmans-, fyrfotarörelsen, m. fl.), till en del för att ej förekommas af sina fiender — att dessa ej skulle underlåta det, var tydligt — då han som god fäktare visste, hvad värde tiden äger vid angreppet — men äfven derför, att han ringaktade dylik pedantism, som han i början kallade receptskrifningen. Snart insåg han likväl nödvändigheten af en nomenklatur och det Ling-Brantingska gymnastikspråket tjenar ännu såsom stam för de olika munarter, man får höra på skilda gymnastiksalar. Med tiden ville nemligen en och annan i språkväg göra sig ryktbar genom nya påhitt, äfven om han icke mägtade åstadkomma något bättre, än det som förut fanns. Största olägenheten, som häraf uppstod och i nyare tider drabbat flera andra vetenskaper, var en öfverlastning och konfusion i terminologien, till mycken skada för sakens enhet och klarhet. Utan bitterhet kan man derför på den gymnastiska språkförbistringen tillämpa *Elias Friis'* ord i början af ett häfte till hans *Botaniska utflygter*:

— ”Äldre vetenskapsmän — säger han — ansågo, med *Linné*, vetenskapens uppgift vara utredandet, huru växten lefver, de nyares, hur' han växer; men det ges en annan klass, som aldrig hinner öfver växternas namn och framställningens form, och hvilken klass blifvit serdeles talrik, sedan man börjat sätta auktorns namn efter hvarje art.” — Anmärkningen passar förträffligt på vissa författare inom gymnastiken, de nemligen, hvilka aldrig hunnit längre än till onyttiga grubblerier öfver nya redskap och rörelsenamn, aldrig till ren form och enkel sanning i gymnastiken.

Sedd från gymnastisk synpunkt var Ling företrädesvis *fäktare*, dessutom ett poetiskt snille, som med en oerhördt uppöfvad muskelkänslighet (sjukrörelser, gifna af honom, lära ha varit förträffliga) förenade en sällsynt förmåga att systematisera och uppställa formler, alltid träffande pricken. Detta kom honom väl till pass vid inventeringen af den märkvärdiga sak, som gjorde hans namn odödligt. Hans efterträdare var deremot den skarpsinnige och vidt beläste vetenskapsmannen, som af naturlig fallenhet och under gynnsamma omständigheter försattes i bästa tillfälle att få egna hela sin tid och verksamhet (den var i sanning ej ringa) åt forskning, rön och

iakttagelser inom sjukgymnastikens nyupptäckta land. Den fullt vetenskapliga utbildningen af sjukgymnastiken började af Branting åren 1839—40, samtidigt således med Lings dödliga frånfälle (i Maj 1839) och Brantings tillträde till det svenska gymnasiarkatet. — Sedan ett exemplar af *Schwanns* bok om cellteorien förirrat sig till gymnastiska centralinstitutets bibliotek, började man först egentligen användandet af denna teori och dess lära om regeneration m. m. till förklaring af den satsen, huru gymnastiken kunde en så kraftig verkan hafva vid botandet af sjukdomar. Den gången var det ej Sverige, som försummade sig vid tillegnandet af främmande läror och reformer, emedan det just var nämnde år (1839), Schwann hade gjort sina vigtiga rön rörande cellväfnaderna inom menniskokroppen och ofvannämnda institut använde den, hvarigenom den grund lades för gymnastikens vetenskaplighet, som aldrig kan uppgifvas, hvilken gren af rörelseläran man än må betrakta; ty när det sker, "då faller stenen i grönan dal": då går hela läran hufvudlös omkull.

Eftersom cellteorien eller läran om de af *Virchow* så kallade *cellterritorierna* betyda så mycket för vår sjukgymnastik, är det skäl för oss att här yttra några ord derom.

Schwann tillämpade aldraförst denna lära på de djuriska väfnaderna sedan *Schleiden* förut uppställt den inom botaniken, hvarest växtcellen mest motsvarar broskcellen hos djuren. Den förres åsigter granskades ytterligare af *Henle*, och Virchow har omgestaltat den till en ännu större vetenskaplighet, hvarigenom medicinen redan nu tagit en ny rigtning, hvars utsträckning vidare är att motse. — Liksom *Linné* sade: *omne vivum ex ovo*, så är mottot hos nutidens naturforskare: *allt ursprung från cellen.* Ägget, vår första formation, är sjelft, att börja med, ingenting annat än en cell. Denne är för fysiologen hvad punkten är för matematikern, såsom redan *Haller* ville ha det. Fortsättningen af den senare blir en linea, som i fysiologien representeras af *fibern*, en mångfald af celler. All djurisk kropp är således sammanväfd af celler eller fina blåsor med ägghvithaltigt mjukt eller flytande innehåll, som omgifves af en membran och i hvars midt en kärna finnes.

Alla delar inom våra kroppar äro således byggda af celler. Den är grundmurningen till allt djurlif, från menniskan till monaden. Cellkärnan, som hufvudsakligen består af väte, qväfve, kole och syre, inrymmer inom sig mindre *kärnor* och af denna bildning frambringas grundämnet för kroppens fasta delar: de så kallade plastiska eller organiska väfnaderna, bestående af fibrin, försatt med albumin *(ägghvitämne)*. Lägger man härtill blodkulans (också en cell) bildningsämne och ostämnet *(kasein)*, så har man de så kallade *protein*-kropparne eller just de, som utgöra första *(protos)* anslaget till djuret. De upptagas af djuret i födan från växtriket och genom förruttnelse återvända de dithän igen. Ingenting nytt, ej något förgås.

"Intet dör uti naturen,
Lifvet byter former blott."

Af cellen bildas, såsom vi sett, organiska väfnader och af dessa organerna sjelfva, hvarför cellen förblir ursprunget till det hela. Menniskans tillväxt, kraft och hälsa bero på dessa cellers riktiga sammansättning och mångfaldigande (propagering). Det senare, hvarpå naturligtvis hela väfvens styrka och tjocklek beror, sker genom en klyfningsprocess — alldeles såsom fortplantningen hos de lägsta djuren — eller en sammansnörpning på midten, hvarigenom från *moder-cellen* flera *dotter*celler framstå, hvilka sedan förena sig till de trådar, hvaraf sjelfva väfnaden hopfogas. De olika väfnader, som således bildas af cellen, serskiljer man under olika namn efter olika förrättning: *bindväf*, som bildar cementet eller tråcklingen, hvarmed de följande vidfogas hvarandra; *elastiska* väfnaden, förlagd i senorna, banden och flerstädes, för att föröka uttänjbarheten hos organet, som genom den också vinner i styrka; *benväfnaden*, som genom inprägnering i cellmellanrummen af oorganiska föreningar *(fosforsyrad* och *kolsyrad kalk)* blir hårdare. Vidare — ifall vi skulle vilja gå utom menniskokroppen — *chitin*-väfnaden, som bildar krustacéernas skal, hummerns och kräftans svarta kläder, o. s. v. — Emedan gymnastiken har förmåga af att öka denna cellernas propagering med åtföljande fibertillväxt hos väfnaderna — det bevis man härför vanligen anför är utbildandet af armens biceps genom armhäfningar — så är redan derigenom vår gymnastiklära en på ration grundad lära. Men vidare, efter alla under min vilja stående muskler (låtom oss till en början endast hålla oss vid dessa) lyda samma naturlag vid sitt tillväxande, som armens tvåhöfdade muskel (biceps) att öka sin volym och styrka genom rörelser, så följer deraf ytterligare, att kroppens alla muskler af samma system vinna i styrka och utveckling. Följaktligen blir en svagare (sjuklig) natur starkare (friskare) och den starka bibehåller jemnvigten i hälsotillståndet, d. v. s. fortfar att vara frisk. Mycket vore väl att säga om nervernas och kärlens förhållande härvid, men tiden förhindrar oss att vidlyftigare ingå i tal om rörelsens inflytande äfven på de icke frivilliga musklerna, om dess förmåga, ej blott att öka cellernas bildning, utan äfven rena desamma, m. m.; vi anse oss ej heller precist behöfva detta, dels emedan vi förut i detta och föregående häfte gifvit nog antydningar för att härutinnan förstås, dels äfven af det skäl, att fysiologien, till hvilken saken närmast hör, ej här för mycket får inkräkta på den rena gymnastiken. Ännu ett skäl, att vi nu måste inskränka våra fysiologiska rörelseförklaringar, ligger deri, att vi frukta, det hr d:r Sköldberg j:r då, liksom förr (i Hygiea Maj 1867), skulle få för mycket att göra *) med våra "patalogiskt-anatomiska *grundsatser*". Vi tillägga derför blott följande:

Gymnastiken inverkar på de olika väfnaderna mer eller mindre i samma mån dessa äro rikare eller fattigare på kärl. Sålunda mindre t. ex. på bindväfven eller benhinnan, än på muskelväfnaden. Häraf uppstår en på fysiologien grundad lag för rörelseläran, som

*) Vi återkomma framdeles till ett svaromål med anledning af hr Sköldbergs recension af denna tidskrifts 1:sta häfte.

säger, *att hvarje organ är mer mottagligt för gymnastik ju mer kärlförsedt det är.* En i sammanhang härmed stående sats är vidare den, att en rörelse, rätt använd på en sjuk kroppsdel, af denne liksom starkt indrickes till dess förbättring, derför kännes lindrande och förbättrande. Der försiggår, fysiologiskt taladt, en cellförändring, "en cellomvandling" — för att uttrycka sig som vissa germaniserande fysiologer göra — hvilken hos en frisk kropp mindre behöfver ifrågakomma, hvarför samma rörelse på denne senare lemnar ringare intryck. Låt mig här få anföra ett enda exempel: en lätt *Längdryggstrykning* på en af kolliquativa svettningar lidande patient lindrar och minskar dessa; den användes äfven med nytta mot spinalirritation. Med grof hand anstruken vid ett sådant lidande, skulle han böja patienten till jorden, då den deremot, applicerad på en nervstark, af hälsans färger tecknad menniska, försvinner nästan omärkligt för individen. Den sjuke är den efter riktig behandling hungrige; en svag gymnastik är för honom lika nyttig, som en låg, passande diet; för den starke åter höfvas styfvare kost och kraftigare armtag. — För kroppens återställande till hälsa, för dess tillväxt och förstärkande bidrager kanske mest den förmåga, som cellen har, att på ett för oss alla oförklarligt sätt afsätta åt ytan olika chemiska ämnen, nödiga för sammanspinnandet af de serskilda väfnaderna och deras sammanfogning vid uppkomna skador. Blodet är naturligtvis det förnämsta vattendraget, hvarifrån kroppsförnödenheterna på ett outredt vis både hämtas och flottas till reparering af vår *mikrokosmos* (lilla verld), emedan denna aldrig är fullt färdig — just så som folksägen menar förhållandet vara med medeltidens gamla domkyrkor — alltid är derinom något att laga, något nytt att insätta för ett förbrukadt gammalt, någon sten eller något grus att bortföra, en vägg att förstärka o. s. v. *Lewes* i sin fysiologi förliknar saken (för att göra denna ständiga regeneration och omsättning rätt åskådlig) med förhållandet, som råder i en stor stad — han nämner, tror jag, specielt *Venezia* — der hushållen inköpa af förbiroende försäljare, hvad de bäst behöfva, det ena kött *(fibrin)*, ett annat ägg *(albumin)*, ett tredje ost *(kasein)*, andra åter grönsaker *(glutin)* o. s. v. — De väfnader, hvilka tillfölje af sin kärlrikhet och — tillägga vi här — tillgång på vattenhalt mest sades lämpa sig för sjukgymnastisk behandling, benämnas äfven de sjelfständiga cellernas väfnader eller de sammanlägringar inom kroppen, der cellen är en enskild, fritt flytande kula, till skillnad från bindväfven (förr mindre riktigt benämnd *cellväf)* och några andra, hos hvilka de äro sammanfogade genom en mellansubstans. Blod och lymfa höra sålunda till den förstnämnda af dessa afdelningar; ty der äro cellerna de luftportörer, som segla omkring och afyttra de varor, som behöfvas till byggnadens underhåll och restaurering. Oförklarligt, sade vi der ofvan, detta förhållande! Ja, visserligen! Ty förklarandet af dess lagar vore uppdagandet af lifvets innersta källa, som är svårare i sanning, än det var att få reda på Nilflodens. Vi veta emellertid, att gymnastikens makt är stor att påskynda det goda verkets fullbordan, ty rörelse förhindrar, att ej fastklibbning eller stilla-

stående inträffar med de celler, som här kallas *blod-* och *lymfkulor*, och att deraf uppkomne sjukdomar ej få fotfäste.

— Finnes det något kategoriskt bevis, att rörelse befordrar cellbildning och blodets renande?

— Ehuru visserligen sjukgymnastiken — lika litet som all annan medicin — är någon matematisk vetenskap och lika litet som många af fysiologiens läror äro det, äfven i sitt nuvarande framåtskridande tillstånd, så kunna vi likväl derför anföra ett.

— Låt höra! Cellens och väfnadens (således äfven blodets) natur förbättras nemligen genom en rikare tillgång på syre, hvilken under kroppsrörelse tillföres och intages i större mängd. Derigenom blir gymnastiken, hvilken har till uppgift att ordna detta, en cell — en blodförbättrare, i förmåga af att bland annat förvandla en hvit blodkula till en färgad sådan, eller med andra ord, omskapa en sjuklig eller outvecklad blodkropp till en frisk. Vi ha nu helt hastigt inkommit på en sjukdomshistoria, eller inpå klorosens "bleka fält" — en sjukdom, som räknar i artererna för många hvita bloddisker (så kallas de äfven) mot de röda. I val-urnan är det godt att ha många hvita kulor, ej så i vår kropp; der är åsigten för de röda. I sitt arbete härvid suppleras gymnastiken af kallvattenkurer och andra bad, emedan dessa bäst påverka det kärlnät, som för sin hårfinhet kallas kapillärkärl (föreningsbanden mellan puls- och blodådrorna, till hvilka de förhålla sig ungefär som bibanor till stambanorna). Vi hänvisa till pag. 16, der vi talat om vattnet och baden några få ord, som för sammanhangets skull gerna kunnat föras hit, men der fingo sin plats, efter de också passade in med den uppfostrande gymnastikens verkningssätt. Har vattenbehandlingen med härådersystemet och yttre huden mer att göra än gymnastiken, så kan denna deremot hufvudsakligen inverka på de större kärlstammarne. Efter kroppsrörelse och vatten sålunda mycket kooperera, ja, så mycket, att de aldrig kunna i en naturligt sann hälsolära serskiljas, är det således en rigtig idé att medikalgymnastik förenas med vattenbehandlingen vid våra större badorter. Ty bad böra följa efter rörelse och rörelse på dessa. — Det vi i dagligt tal kalla kött (muskelfibrin med tillbehör), är, påverkadt af nervsystemet, det aktiva betinget för all rörelse eller *den handling, hvarigenom det hela eller dess delar förändra läge.* Vi anmärka här en gång för alla, att då muskeldelar nämnas, dervid alltid bör underförstås en nerv, som först meddelar rörelseintrycket åt muskeln. Ju oftare denna dricker af kroppens sanna lifsvatten (blodet), desto mer tillväxer den i volym och intensitet, desto mer flertrådig och stark blir dess väfnad; hvarje väfverska vet ju, att "fyrskäft" är hållbarare än tvåtrådig väf. Muskelväfnaden, än hvilket intet är starkare i lifvet och knappt något skörare i döden, uppstår liksom alla väfnader af celler, de der antingen utdragas på längden eller föröka sig genom utgreningar och vidfogningar. De äro af två slag: *glatta*, hvilka egentligen tillhöra det vegetativa (hos tarmslingorna m. m.), d. v. s. det lif, som icke står under vår vilja, och *tvärstreckade*, hvilka tillhöra det animala lifvet och bero af den. De förra, ljusare till färgen, sammandraga sig långsammare, men

bibehålla rörelseverkan längre inom sig, än de andra, hvarför gymnastiken oftare och med mesta fördel mot dem använder passiva rörelser, t. ex. *cirkelhackning* kring hjertat, (då detta organ äger mycket af samma slags muskelsubstans), vid magens eller tarmslingornas gymnastik o. s. v. Deremot äro de rödare (animala) musklerna hastigare i sina kontraktioner och derför lättare att påverka med aktiv gymnastik till förökandet af deras köttmassa, beroende på deras större eller mindre förnyelsekraft (regenerationsförmåga). Såsom vi alla veta, är denna större i ungdomen, de vackra formernas ålder, hvarför Hellenerna, den fina naturinstinktens utvalda folk, stadgade att ingen, som öfverskridit 35:te året, fick uppträda till täflings vid de stora spelen. Om också deras sydländska natur blommade ut tidigare än vår och vi derför böra tillägga några år åt nordens gymnaster, så tro vi att äfven hos oss ungdomsregenerationen efter det 40:de nått sin zenit och att Hellenerna således nog hade rätt, rörande de 35 åren. — Flera muskelceller, förenade genom bindväf till en första tråd, kallas derför en *primitiv* tråd. Flera dylika förenade inom ett fodral — vetenskapen kallar det *myo-* eller *sarkolemma* — bilda derefter, för att öka styrkan och smidigheten, *sekundära* och *tertiära* knippen, till dess muskelkabeln, inlagd i sitt *perimysium (muskelomslag)*, är färdigspunnen och i stånd att utföra alla de otaliga rörelsenyanser i vår kropp, som utan undantag endast och allenast af muskulaturen åstadkommas. Trådarnes antal kan genom gymnastik på nybildningens väg betydligt förökas och endast genom mångdubblandet af dessas antal växer muskeln, ty den absoluta tjockleken hos hvar och en är alltid densamma *): en gymnasts och en finlemmad flickas muskeltrådar äro derför af samma kaliber, äfven om sjelfva muskeln i sin helhet öfverstiger den andras fyra till fem gånger. Det är genom denna mångtrådighet i väfnaden, än ytterligare förökad genom den skoning af senväfnad, musklerna vanligen äga, och den *Eschricht* förliknar vid tåtarne, hvilka fästa seglen vid mastdelarne, som denna ernår en uttänjbarhet, förliknelig vid guldets, emedan den kan utarbetas snart sagdt i oändlighet; men som också gifvit anledning till de många öfverdrifter och vidunderligheter, som naturligtvis mycket skadat vår gymnastik. Vi knnna ej för ofta upprepa, att dess ändamål blott är helsans bibehållande och förökande hos individen, ej framvisandet af mirakler i muskelspel. Vi täfla derför icke med *skridskokungen* (en plastisk konstnär af hög rang) eller med *Beni Zug-Zug-Araberna* och *Blondin,* när denne på sin lina dansar fram öfver *Niagara;* icke heller med dessa virtuoser slutligen, hvilka manna topp på sjelfva Riddarholmstornet, om det kniper, af skäl, bland andra, att i en sådan ensidig utbildning oftast bor ohelsa, och emedan den rationelle gymnasten ej inser hvartill dylika vågstycken och galenskaper skola tjena. — I bjert motsats till muskeltillväxten genom rörelse står fettförvandlingen, underhållen genom lättja och intetgörandet; den spänstiga muskeltråden förändras derigenom till flottig

---

*) *Hyrtl.*

fettväf; kärl och nerver flytta ur en sådan, organet, oförmöget till rörelse och arbete, faller närliggande delar till besvär och kroppen blir snart ett lätt byte för sjukdom och undergång. — Hvilken skönhet kan ej här förenas med styrka, när gymnastiken får utbilda den konstrika muskeln! Hvad äro väl *Jaquardska* konstväfnaderna, hvad *Lyons* siden eller *Persiens* shwalar, sedde under mikroskopets glasöga, mot "finleken" hos dessa en- och flertrådiga muskelväfnader med sina *senbindors* glänsande inläggning? När allt detta är så skönt efter döden — ty först då är man i tillfälle att skåda herrligheten —, huru mycket skönare måtte då icke sjelfva lifvet vara inom vår osedda mikrokosmos! Du ungdom, gymnastikens söndagsbarn, med förmånsrätt till vårens alla prydnader, vårda hvad du fått, äfven om du ej ännu känner fulla värdet af skaparens gåfva. I annat fall kommer snart ohälsan och afbryter muskelspelet samt uppdämmer lifvets gladt sorlande bäckar.

Nervväfnaden, med näring från *kärlsystemet*, som vanligen åtföljer densamma, är den outgrundlige pådrifvaren af det hela; den ger således muskeln impuls till dess sammandragningar och utvidgningar — en akt, den man nu bestämdt tror sig veta försiggå genom en verklig förkortning, ej genom zickzacklagringar endast, såsom man förr ansåg. All *kontraktion* (sammandragning) förutsätter en extension (uttänjning), liksom efter allt arbete en hvila måste inträda; derför är den beskyllning, som gjorts svenska gymnastiken, "att den bygger endast på kontraktion", en orimlighet. Den bygger lika mycket på den andra akten (extensionen) och föreskrifver just derför, att vid hvarje rätt gifven sjukrörelse ett uppehåll bör inträda, som man gifvit namnet *aspiration* (andhämtning), och att 4—5 minuter böra förflyta mellan hvarje sådan rörelses gifvande, för att dess sekundära verkningar, som mycket bero på extensionen, må kunna inträda. Nerverna äro äfven sammansatta af en mängd förenade fina trådar — stundom ända till antal af 150,000 på ett nervrör af 1''' genomskärning — och omslutas af sina slidor. Liksom kärlen förgrena de sig i ett sammanhängande nät öfverallt i vår kropp, för att öfverallt vara tillhands, när vår vilja önskar något uträttadt. Förmågan att förklara detta ursprungliga nervspel är oss icke förunnadt; blott så mycket tror man sig med visshet känna, att elektricitet dervid spelar en hufvudrol, hvarför man förliknat rörelse- och känsel-nerverna vid en elektrisk telegrafinrättning med station för sjelfva de serskilda frivilliga musklerna i *ryggmärgens innerst liggande grå gangliiceller* och med hufvudstation i hjärnan, till hvilken fina märgrör derifrån leda. Nerverne tilltaga genom rörelse och ordnad kroppsöfning, likasom musklerna och kärlen — ty denna treenighet verka för ett gemensamt mål och kunna ej lefva utan hvarandras bistånd; gymnastik förmår göra dem spänstigare, mindre sjukligt känslige och mera mottaglige för känseln: derför kan sjukgymnastiken fördelaktigt användas mot "nervsvaghet", spinalirritation, förlamningar, coræa, m. fl., nervsystemet tillhörande sjukdomar.

Vi ha nu försökt att något litet förklara den svenska gymnastikens vetenskapliga grund samt angifvit orsakerna, hvarför man med skäl benämner den svensk och anger Ling såsom dess egentliga grundläggare. Vi ha ansett oss behöfva detta till och med med risk att råka ut för långtrådighet, derför att saken är af vigt för rörelselärans egen skuld och emedan flera utländska anfall gjorts mot den svenska gymnastiken, med afsigt att tillintetgöra den eller åtminstone minska dess stora värde. Man gissar lätt från hvilka nationer sådane försök, att tillegna sig andras uppfinningar, kunna utgå. Från Tyskland naturligtvis först och främst. Ja visst, derifrån kom det första; vi vilja här också först anföra det. Läsaren bör känna huru långt fräckheten härvidlag kan gå. Faran, hvarmed den hotade, blef ingen, derför att det inom gymnastiken *den* tiden fanns vaket folk, som så eftertryckligt afslog den tyske Mickels försök att annektera den svenska uppfinningen, att något vidare experiment ej afhördes från det hållet.

I *Illustrirte Zeitung* (N:o 81, 19 Augusti 1854) införde nemligen en viss *Werner*, "direktor der herzoglichen gymnastisch-ortopedischen Heilanstalt und der gymnastischen Academie in Dessau", följande mystik:

"Im Jahre 1834 kam Ling aus Stockholm nach Dresden, besuchte mich und wohnte meinem Wirken bei. Nachdem der selbe sich über die Zweckmässigkeit meines Systems höchst anerkennend ausgesprochen, erklärte derselbe, dass in seinem Vaterlande diese Erziehungsbranche sehr viel Anklang fände, indem dieselbe mit grosser Bereitwilligkeit von Seiten der dortigen Regierung unterstützt würde. Er kaufte sich daher meine sämmtliche bis dahin erschienenen Bücher, um, wie er sich äusserte, mein System den dortigen Verhältnissen anzupassen und einzuverleiben.

Dass dieser Plan Anklang gefunden haben musste, beweist der Umstand, dass kurtze Zeit nachher ein schwedischer Minister seine Tochter in meine Heilanstalt nach Dresden sandte, die geheilt entlassen wurde, wie aus dem ehrenvollen Zeugniss, welches sich in meinem Berichte über meine Heilanstalt abgedruckt befindet, hervorgeht.

Ling entwarf nun nach meinen naturgemässen Grundsätzen und nach meinem Systeme das seinige; den Beweis hiervon liefern alle bisher über Lings Gymnastik erschienenen Schriften und viele der erläuternden Figuren, was jeder unparteiische und gerechtigkeitsliebende Freund der körperlichen Ausbildung auf den ersten Blick erkennen wird, wenn er diese mit den meinigen, welche, wie bekannt, mehre Jahrzehnte früher erschienen, in Vergleich stellt.

Freilich ging Ling mit Zuziehung sachverständiger Äerzte noch weiter. Denn er wollte auch die innerlichen Krankheiten des Menschen durch Anwendung der Gymnastik heilen. Daher verband er mit meinem System eine Menge Variationen, denen ich aber, als ich mein System vor beinahe vierzig Jahren entwarf, nicht huldigen konnte, weil ich an dem unumstösslichen Grundsats festhielt, dass die Behandlung und Heilung innerlicher Krankheiten des Menschen ausschliesslich in das Bereich der vielerfahrenen Aerzte gehöre, die

mit gewissenhafter Vorsicht das "Zuviel" und das "Zuwenig" mit strenger und einsichtsvoller Berufstreue abzuwägen verstehen.

Mit diesen Umgestaltungen tauchte nun vor mehren Jahren die schwedische Gymnastik in Deutschland, woher das Grundsystem stammte, als eine ganz neue und bis jetst noch unbekannte Sache wieder auf und erregte bei den gern fremden Erscheinungen Huldigenden des allgemeines Aufsehen." —

Ett annat försök af lika djerf och oförskämd natur gjordes för några år sedan i Frankrike, ett land, som gerna säger sig gå i spetsen för mensklighetens civilisation och derför heller icke gerna tål att i ett mindre land något stort uppstår, som icke kallat Frankrike för sin vagga. Om det franska försöket af en doktor *Estradère*, i sin afhandling *Du Massage*, läses utförligt i Hygiea (Juli 1864), sedermera eftertryckt i "Gymnastiska iakttagelser" af T. J. Hartelius, hvarför man tror det vara onödigt anföra något annat än följande:

Vi ha i det föregående sökt visa, huru Ling såsom sjukgymnast ej fann något hufvudsakligt före sig, utom namnet, hvarken från Greker eller andra folkslag. Vi tilltrodde honom icke tillräcklig kännedom hvarken i Chinesiskan eller i jesuiten Pater Amiots skrifter, för att derifrån daguerrotypiskt efterhärma sjukgymnastikens tillstånd hos nämnda Asiatiska folk. Vi veta och ha derför erkännt, att Ling visserligen hade föregångare i gymnastik till och med i den afdelning, hvarom nu egentligen är fråga; men detta beröfvar honom icke minsta grand af hans grundläggareära eller borttar ett enda iota ur namnet: *Svensk gymnastik.* Nästan alla vigtigare uppfinningar ha ju haft föregångare, utan att man derför velat beröfva den äran af uppfinningen, hvilken utvecklat densamma till ett rationelt, beståndande system. Chineserna t. ex. — återigen Chineser — ägde kunskap om krutet och boktryckarekonsten långt innan *Barthold Swartz* och *Guttenberg* bekantgjorde dessa uppfinningar i Europa. Likväl har jag aldrig hört, att någon velat frånkänna dessa män sin rättmätiga ära eller beskyllt dem för att endast ha lånat. Vi finna, om vi blott undersöka, flerfaldiga andra mindre bekanta urbilder till nyare tiders upptäckter och förbättringar. *Helion* i Alexandria t. ex., som lefde under *Ptolomeernas* tid, beskref, om än ofullkomligt, en ångmachin. Vattenkuren — hvad tycks — förfäktades redan af den grekiske läkaren *Charmis*, som jag tror dog omkring 100 efter Kr. Snabbskrifningskonsten tillskrifves ju företrädesvis *Gabelsberger* och likväl säger *Schlosser*, att den öfvades under *Ciceros* konsulat af *notarii*, som så kallades för sina serskildta tecken *(notæ)*. *Rafaël*, anses väl, om någon, såsom förebildande i sin konst, *Thorwaldsen* likaså, och likväl har den förre lånat hela figurer från den *Florentiska* skolan, men ombildat dem genom sitt snille till egna skapelser och till mönster för allt i den vägen — det de förut ej voro —; den sednare har tagit idéen till sina Apostlar i *Fru kirke* från *Fischers* motsvarande stoder i Nürnberg. *Mozart*, på en gång musikens förnämste idéalist och praktiker, försmådde ej att någon gång hämta

motiver från andra, när det så passade, men ingen har derför dristat kalla honom plagiator. Sjelfva bönen *Fader Vår* — hvad säges derom? — är ej såsom original författad af Den, som uppgifves för auktor, utan af Honom hopsamlad, eller hvad vi nu för tiden böra kalla *redigerad*, från judiska och andra österländska skriftlärdes bästa bitar. *) Vi se således, som sagdt är, att de flesta vetenskapliga och konstnärliga uppfinningar — vi skulle här kunna anföra en oändlig stor massa deraf — ägt förebilder; men blott den, som utvecklat idén till ett i framtiden beståndande helt, får räknas såsom uppfinnaren och grundläggaren; ej den, hvilken blott utkastat en flyktig tanke på en sak, som sedermera ej vinner något vidare uppmärksammande. Just så står Ling till den vetenskapliga gymnastiken, hvilken han utvecklade och baserade på teoretisk grund och derigenom för alltid införde inom den vetenskapliga — konstnärliga familjkretsen, vid hvars dombord dess handlingar och papper nu äro tillräckligt undersökta.

4. Ästetisk Gymnastik.

Vi afsluta dessa föredrag med några ord om den sista afdelningen af gymnastiken. — Flera försök ha gjorts att i skrift utveckla äfven denna, men något lyckadt sådant har jag dessvärre icke att omtala. Ej ens Rothstein var dervid lycklig, ty i sin ästetische Gymnastik blef han för bred i anläggningen (kanske mer der än i sina öfriga arbeten) och gaf för litet, af hvad afhandlingens titel utlofvar. Det blef ord . . . ord . . . ord . . ., som *Hamlet* säger. Rothsteins *Nachlass für seine Freunde* är hans posthuma verk, utan text, som likväl innehåller många vackra teckningar till föredöme för blifvande skriftställare i den ästetiska gymnastikgrenen, serdeles originalerna af *Wahlbom*. Med andra åter, t. ex. *Apollo di Belvedere*, kunde kritiken få åtskilligt att göra. — Den ästetiska gymnastiken, rörelselärans finaste blomma — "hvilken dog på samma gång, som dess fader dog", står det åter i Hamlet — väntar ännu på sin runoförare och praktiska utbildare, så mycket nödvändigare, som utan denna skömgymnastiks tillämpning på de andra delarne utöfningen af dem ofta blir rå, och det hela ett famlande efter någonting, som blott slumpvis påträffas. Jag menar: en fäktare t. ex., som ej vägledes af den ästetiska gymnastiken, öfvergår lätt till atletikens konst, den der vill genom sin tyngd nedtrycka idén, ej förmående genom inre medvetande segra öfver materien. Liksom den musikaliske virtuosen uppöfvar sin talang för att behaga örat, så utbildar sig den ästetiske fäktaren för ögat och blir derigenom så att säga en lefvande plastik. Derigenom vinner han liksom på köpet den

---

*) *Emerson.*

lätta kroppen, den ungdomliga friskheten. En scenisk konstnär — för att gå vidare i förklaringen — med en vek och sjuklig gestalt, men med kännedom om det rätta af sin konst, måste, för att uttrycka detta, anstränga sig, fara upp ur sin hvardaglighet och derför öfveranstränga sina kroppsliga resurser, för att komma upp i situationens vind. Han pådrar sig, kan man också säga, en trång Söndagsdrägt hvarje gång han skall visa sig inom den lefvande plastiken (en konst inom vår dramatiska verld, som jag tror nästan håller på att dö ut), den han är glad att få aflägga vid första *sortie*. Under sådant förhållande får han intet tillfälle att låta sin konstnärseld, äfven om den skulle finnas hos honom, lysa igenom. Är han deremot gymnastiskt bildad, så blir det plastiska för honom en drägt, som hvarje stund faller i mjuka veck öfver en formskön kropp. Här hafva vi nu oförhappandes påträffat en af de förnämsta skillnader mellan antiken och nutiden: gymnastikens företrädesrätt hos den förra att få pryda menniskan framför skräddaren och modisten hos den senare. Hellenen behöfde ej påtaga sig någon helgdagsmin, för att vara plastisk. Ehuru han visserligen hade annat att göra, än att beständigt gå på berget *Ida* och betrakta sina vackra former, liksom fornskandinaven kunde vara stark, utan att ständigt vara väpnad med *Thors*-hammaren, — så bådo de alla, till och med Spartiaterna, till Gudarne: "att dessa måtte förläna dem det sköna till godo." De voro plastiska i hela sitt lif, hvarför modeller för bildhuggaren funnos att tillgå i hvarje gymnasium, vid fäktarspelen och baden. — Man ser af det föregående, att vi mycket hålla på sköngymnastiken, såsom en vigtig del af det hela, och vi påstå till och med, att den tillhör alla de tre föregående afdelningarne. Den uppfostrande tillhör den naturligtvis derför, att ungdom och formskönhet äro nära fränder. Med den militära står den ock i intimt förhållande, enär fäktningen får styrka först när dess ställningar äro sköna, emedan de då först äro ändamålsenliga. "Det är otroligt — säger *Ehrensvärd* — hvad en sak blir vacker, när ögat röjer en sannfärdig orsak till allt"; det är lika otroligt — vågar jag tillägga — hvad en sannfärdig (det är ock naturlig) orsak ger styrka. Derför är det en närsynthet hos små själar, när de ej se fördelen af att i värj- eller bajonettfäktningen göra utförandet med sina ställningar naturliga och sköna. Hvila dessa ej på naturens statik, så ramla de och måste förändras lika ofta som våra exercisreglementen eller som byggnader, hvilka äro uppförda på lös sand. Ty fäktarens grundställning och kyrkans portal hvila båda på samma geometriska lag. — Den ästetiska gymnastiken tillhör slutligen den botande rörelseläran, bland annat derför, att man bör söka göra själens fängelse, såsom man någon gång brukar kalla kroppen, så frisk, d. v. s. så angenäm och komfortabel som möjligt. Äfven sjukgymnastikens ställningar kunna i många fall göras vackra. Ling, Branting och några yngre sjukgymnaster ha visat, huru detta tillgår. I sjuksalen ser man lätt, om rörelsegifvaren har artistens hand eller om han saknar gudagnistan att ordna ställningarne och meddela välbehagets känsla i sina rörelser. Ju mer man således

fattar den rätta halten af gymnastiken, desto mer inser man den nära förening och gemenskap, som råder emellan dess fyra hufvuddelar, ehuru deras verksamhet så tillvida skiljer sig åt, att den uppfostrande, den första, är ställd vid det formsköna templet, menniskokroppen, isynnerhet vid tidpunkten, då dess nybildning och påbyggnad (återbildning, tillväxt) försiggår, när bröststommens sköna hvalfbågar skola sträckas. Vid hvarje byggnadsföretag är det skadligt, om röta får magt med grundmurarne, om vätskorna ej vederbörligen af- eller kringledas. Den uppfostrande gymnastiken har, såsom vi ofta upprepat, ett sådant kringledande till ändamål, för att hålla det ungdomliga menniskotemplet vid friska safter och fritt från fuktiga osundheter. Den ställer vidare militärgymnastiken med draget svärd vid ingången till denna lustgård, för att vakta Eden. Dessa båda äro således i ordets sanna mening den profylaktiska (skyddande) gymnastiken. Den medicinska har företrädesvis fått på sin lott det svåra och ofta otacksamma arbetet att utdrifva ormen och utrota ogräset, som redan möjligen kunnat innästla sig i tempelremnorna och som vi litet hvar, tyvärr, känna till under dess allbekanta namn: sjuklighet och sjukdom.

Hos Hellenerna, företrädesvis inom den *Joniska* stammen, med *Athén* till hufvudsäte, uppblomstrade skönhetsläran med sin gymnastik på ett förut icke anadt och sedermera icke uppnådt sätt. Mest anslående finna vi detta hos deras bildhuggare, som hade så godt tillfälle att i den lefvande, genom gymnastiken utbildade generationen hämta bilder för sina marmorarbeten. Först och främst hos den åldrige *Fidias*, sjelf en Jupiter bland alla bildhuggare, med ingen jemförlig, hos den patetiske *Skopas*, den veke *Praxiteles*, antikens *Byström*, hvilkens mejsel företrädesvis älskade qvinnors och ynglingars vällustiga former, *Polykletos*, den sannaste framställaren af menniskoformen, sådan den visar sig utbildad genom gymnastisk konst. Alla kopierade de naturen med oöfverträffad sanning i den rena marmorn från *Paros* och *Antiparos*. Ett märkvärdigt folk i sanning dessa Hellener, som utan kännedom om menniskoanatomien — det längsta de vågade sig på, var dissektion af apor, såsom *Rufus* från *Efesus*, Galenus m. fl. — höggo ännu ouppnådda bilder; ett folk, som utan perspektiv i målarekonsten, utan harmoni- eller ackordlära i musik, utan kännedom om hvalfbågars byggande i arkitekturen och slutligen utan fysiologi i gymnastik, likväl blefvo mästare i dessa konster. Störst blefvo de likväl i den första och sistnämnda: i skulpturen och gymnastiken, hvilka konster hos dem voro tillsammans uppfödda barn och hvilkas förhållande till hvarandra är kopian till originalet. Hvilken är originalet? Menniskokroppen naturligtvis, och derför är sköngymnastiken, som bildar, afrundar och utmejslar dess lefvande former, egentligen af högre värde än bildhuggarekonsten sjelf, hvilken kopierar detta, ehuru det på långt när icke betraktas så. Bildhuggaren må aldrig så noga, tum för tum och linea för linea, uppmäta sin bild, så stannar likväl alltid hans verk i skuggan, mot menniskokroppens uppmätning af Skaparen och utarbetning af gymnastiken, vare sig att man betraktar armmusklernas flätor, pan-

nans och bröstkorgens hvalf, ländens och vadens yppighet. Om ögat kan ej ens bli fråga, ty vid talet derom måste skulpturen erkänna; "här förmår jag intet", då deremot sköngymnastik i hög grad sätter en renare eld i det flammande ögat. Ingen konstnär lånar kanske mer af naturen, än bildhuggaren, när han efterbildar i stenen, hvad gymnastiken frammanar hos den lefvande menniskokroppen. Ingen har heller bättre förstått att det så förhåller sig, än de gamle, hvarför Hegels yttrande träffar pricken, då han säger, att de först bildade modeller i Palestran och sedan höggo dem helgjutna i marmor. Hvar bör man väl också tro att ställningarne och skönhetslinierna hos *Bältespännarne* eller den *döende Gladiatorn* m. fl. bättre böra förstås, än i fäktarsalen och af sköngymnastiken, eller hvar kan väl den bildande konstnären ha mer att göra och lära, än just der? Mycket har der — utom bildhuggaren — äfven figur- och historiemålaren att tillägna sig af fäktarens vapenföring och gymnastens muskelspel på blottad kropp. Hur' var det väl ock på gymnastikens mest blomstrande tid i Stockholm? Jo, många talanger från Fria konsternas Akademier utöfvade då verkligen med egen hand gymnastik, äfven den ästetiska, som man nu i allmänhet tror blott funnits till i Lings hjärna eller för att utgöra ett fjerde hjul under vagnen. Vår mest snillrike målare, Wahlbom, tjenstgjorde länge och med framgång såsom utöfvande gymnastiklärare. Om ock kraften i rörelsen kunde ha varit större, utgångsställningarnes ästetik lemnade åtminstone intet öfrigt att tillägga. Hvilka intryck vår störste bildhuggare *efter Sergel*, som nu redan var död, tog af vistelsen och umgänget i Lings gymnastiksal, är allmänt bekant. Det grundlade ingenting mindre än en hel betydelsefull epok i vår konsthistoria, emedan Asaläran då genom Ling blef hvad den fortfarande är: ett tacksamt fält för såväl våra bildhuggare som målare, hvilkas atelierer före hans åtgörande i den vägen nästan endast stodo öppna för de galanta Olympiaboarne. Huru mycket djupare såg icke häruti vår gymnasiark, än den mångbesjungne Geijer, som utgaf en hel brochyr om vår gudaläras omöjlighet att af konstens händer behandlas, — ett enfaldigt påstående, som han likväl — det måste erkännas — snart återkallade. — Musikprofessorn *Dupuy* (för att nu återkomma till utöfvarne af både de fria konsterna och gymnastiken), hvilken vi känna såsom en sann konstnär, både när han förde stråken och värjan i sin hand, i komposition och sång, öfvade den ridderliga fäktkonsten på Lings sal och med fäktartisterna derstädes, Lings elever. Vi nämnde sång; med sköngymnastiken bör äfven denna förenas. I flera länder — deribland Frankrike — har den uppfostrande också blifvit deraf delaktig. Äfven i det tyska turneriet införde Spiess gymnastiksång. Han lär nemligen ha varit en smula musikalisk, *à la dilettant*, och satte melodier för den turnande ungdomens öfningar och evolutioner, utan att likväl förmå frambringa något högre i musikaliskt-gymnastiskt afseende. Hans personlighet var dertill för trivial. Pedantisk ordning var för honom hufvudsak, sköngymnastik deremot ett okändt ting. Af Spiess ha derför några gymnastikförfattare — själsfränder med honom —

lånat en hop enfaldigheter, som på god tro sedan antagits inom den svenska gymnastiken, t. ex. fotflyttningen och annat otyg. I Sverige skref professor Branting för några qvinqvennier sedan en tvåstämmig gymnastiksång, den enda antagliga, som för närvarande finnes hos oss. Sångens förmåga, att under passande kroppsrörelser ännu mer vidga lungans luftceller för en rikare syrsättning, talar högljudt för dess vidare utspridning, men saken medför ej så ringa svårigheter, derför att en utarbetning af dugliga gymnastiksånger, som ej äro blotta efterhärmningar efter den nämnda Brantingska, fordrar en mångsidig förmåga; den tar i anspråk hos redaktionen af en sådan samling en duglig pedagogisk och ästetisk gymnast, en habil musikus, som på samma gång är versifierande författare. För närvarande finnes blott en enda så utrustad utöfvande gymnastiklärare.

Till afdelningen för sköngymnastiken tillägga vi, att efter Ling, asaskalden med sina stora nationella och originella idéer, utöfningen af skön konst öfvergått — kanske något till följe af gymnastikens egen slägtskap med den — till efterträdarne, i det att hans närmaste var tonsättare och exekutör, med rang af artist; den andre poet, såsom dilettant företrädesvis älskande hjeltedikten. Föreståndaren för *gymnastiskt-ortopediska institutet* är ju temligen allmänt känd såsom den der "älsklige skalden", och med omnämnandet af södra gymnastikinstitutets föreståndare, som är tecknare *ex professo*, ha vi fått tre af de sköna konsterna (skaldskap, tonkonst och teckning) representerade hos äldre utöfvande gymnastikkonstnärer — ett skäl bland många andra för yngre gymnastikidkare, att ej förglömma sköngymnastikens upphof ur rörelselärans förvandtskap med ästetiken, såsom de hafva gjort, hvilka under senaste reformerna kafvat sig upp på gymnastikens stormaster. Desse hafva häruti, som i mycket annat, skiljt sig från vår äldre, bättre skola och från Hellenismen, betraktande den ästetiska gymnastiken nästan såsom en utväxt, hvars namn får stå qvar för hans skull, som satte stamträdet i svensk jord. För dess bibehållande och utöfvande talar emellertid, mer än all forntid, med hög röst naturen sjelf, hvilken städse varnar att i kroppsöfningen öfverskrida den trollcirkel, som skönhetslinien öfverallt bildar i dess rike. Öppna blott praktbanden i vår egen kropp, i lejonets ram, cikadens ben eller spindelns fot *), hvarmed han hopfogar sitt tacklage, och öfverallt skall du kunna läsa, att naturen aldrig uppoffrar skönheten för blotta styrkan, utan förenar dem båda till ömsesidigt understöd. *Hälsa är styrka och styrka är skönhet.*

---

*) Man kan svårligen anföra ett bättre exempel på naturens sträfvan att spara rum i förening med ändamålsenlighet och skönhet, än mekaniken i spindelns extremiteter och underlif. Som naturen ingenting byggt oföränderligt — den är icke konservativ — så är äfven här fröet nedlagt till konstverkets förvandling. När nemligen djuret sjelf spunnit ut sin lifstråd, d. v. s. när det ämne, hvarmed han tillverkar sina flugnät och som är placeradt i körtlar i underlifvet, har tagit slut, dör han hungersnöden, ty han eger intet medel att fånga sitt rof med. Det uppstår för honom en slags *bomullskris.*

Att en man med Lings storhet uppträdde för en så föraktad sak, som gymnastiken före honom var, kan antecknas, minst sagdt, såsom en högst märkvärdig företeelse. Likväl är det ej troligt, att denna *Parias* bland vetenskaper, trots mannens oerhörda energi och sanna storhet, skulle ha vunnit en så pass hastig befordran, som den fick bland folket och hos regeringen, om ej Ling fått räkna ett stort stöd för saken inom det *Götiska förbundet,* hvilket han tillhörde, och hos den klarseende hjelte, som då satt regerande bredvid Sveriges ålderstigne konung, med öppet öga för allt stort och snillrikt, isynnerhet när det, som Lings sak, mycket nära omfattade kronprinsen *Karl Johans* egen, militärfacket. Ty landets försvar tog Ling, liksom *Jahn,* till ingångsspråk för sin stiftelse, hvilken han dock vida öfvergick i gymnastikens rationella utläggning i enlighet med naturens och skönhetssinnets lagar, då den välmenande Jahn dervid ofta följde stortalighetens och tyskeriets hugskott. Han afsåg blott massans beväpning och var blott *Spartiat,* då Ling deremot genom sin sköngymnastik, sitt skaldskap, på samma gång var *Athenare.* För Tyskland förblir dock alltid Jahn den mest framstående Turnaren, änskönt en otacksam efterverld ofta sätter den pedantiske Spiess i främsta rummet. Det är för den skull vi ansett i sin ordning att egna några rader åt turnkonstens fader. Född år 1778, började Jahn utöfvandet af sin lära i *Bern;* således både deruti och i ålder blott några år efter Ling. Trots sina demagogische Umtriebe (hvarför regeringarne beskyllde honom, jemte flera andra reformerande män i Tyskland, såsom t. ex. hans gode vän Arndt), var Jahn hvad hans landsman kallar en Biedermann, med ett utseende, som påminde om Danskarnes Grundtwig.

Ett snilles uppträdande, ett af nutidens mest heroiske, hvars tankekraft var lika skarp som hans klinga, som hans röst när han anförde sina fäktareled, som hans seniga arm, den han alltid hade färdig till arbete och till försvar för sin saks framgång; ett snille, som i poetisk hänförelse och yra, i lätthet att snart sagdt ändlöst framvälla vers, hvilkas framstörtande ådra mer påminde om en Homerus, en Ossian, än en modern skald, minst en svensk akademist — ett sådant fenomen skulle väl, tycker man, om något, vara lyckosamt för hans och vår läras framtid. Betraktar man likväl saken med en blick, som söker horizonten bortom den tid, hvilken låg närmast, så vinner åtminstone hos mig den öfvertygelsen mer och mer styrka, att den stora saken kom liksom för tvärt på. Det låg derför i dess natur nödvändigheten af en reaktion, hvilken ej heller lät vänta på sig. Reträtten företogs likväl efter anförarens död med temligen god ordning, så att en del af de trupper, som han sjelf gjort stridsvane, kunde bibehållas under gymnastikens fanor; en annan del räddade sig likväl undan, dels genom att öfvergå till andra yrken, dels till främmande länder. Den sol — efter egen anspråkslösare jemförelse: "den kamin, som var till endast för andras välbefinnande" — hade indragit allt inom sitt system, men när den slocknade, blef det snart mörker och konfusion. Ännu en lång tid uppehölls väl systemet, som likväl hade börjat förlora attraktionskraften; sedan slutligen gravitetspunkterna allt mer för-

minskades, sjönk gymnastiken, sjönk hastigt dit, der den nu befinner sig. Ingen af gymnastikens anhängare förmådde upptaga Eliasmanteln, som dess hufvudman lät falla, när han begick sin himmelsfärd,

"När striden var slut
och tröttade anden
fick hvila sig ut
i de himmelska landen."

Vi voro för små, att uppbära den ansvarsfulla börda, Lings namn pålade våra skuldror. Derför påstår jag, att hans uppträdande och försvinnande ej voro nog förmedlade, för att rätt lyckligt hinna utveckla allt, hvad det förra kunnat verka för vår sak. Den rustning, han bortlade, den klinga, hvarmed han segerrikt kämpat mot fördom och annan "misère humaine", voro för tunga att af oss kunna upptagas och bäras, liknande deri de forntida slagsvärd, man uppgräfver ur högarne. För vår litenhets skull bör domen öfver oss bli mildare, än vi eljest ha någon rätt att hoppas. Nutida gymnaster äro såsom sönerne af en stor man, på hvilka namnet fäster stora förhoppningar, utan att naturen skänkt mer än detta: ej kraft, ej magt, knappt viljan att uppfylla fordringarne. Läs familjhistorien om Linné, Mozart, ja, just om Ling sjelf! Genom erkännandet af vår klenhet, torde ock domen öfver oss af efterverlden kunna mildras mot hvad den eljest torde bli, vi upprepa det.

Hvarje stor sak bär dessutom alltid fröet inom sig till sitt eget förfall, antingen genom ren öfverdrift, hvartill den föranleder, eller genom dess försummande. Det är en *asteni* och en *hypersteni*, som litet hvarstädes råder med sällan jemt stående vågbalanser. Om ej så vore, skulle vi till slut få en mensklig sak evinnerlig — ett prædikat, som blott tillkommer den sanna, gudomliga idéen. All historia, politisk, konstnärlig eller kyrklig, erbjuder öfverallt exempel på dylik ebb och flod af krass materialism och öfverlägsen idéalitet. Träffande har en föreläsare *) före mig yttrat:

— "Gryning och skymning äro långa nog, medan solen passerar middagshöjden i ett ögonblick. Så äfven i mensklighetens utveckling. Konstens högsta och ädlaste utveckling varade också blott ett ögonblick." —

Konsten ligger länge i sin puppa eller släpar sig långsamt fram som larf, men när dess glänsande vingar slutligen vuxit ut, är blott en efemerisk tid henne beskärd, att med dem höja sig i rymden. Ej kunde väl något undantag i denna naturlag göras för gymnastiken. Ej kunde väl dess himmel alltid stråla med ljus från stjernor af aldra första storleken. Att förmörkelse förr eller senare här skulle inträffa (snarare ju glansfullare dess morgonrodnad var), låg af flera orsaker nära till hands. En olycka var, att man icke gjorde sig beredd, att de skulle komma så tidigt, i sådan mängd och så — tjocka, under form af egennytta, intriger och okunnighet. Men på samma gång vi, isynnerhet vi, som

*) *Nyblom.* Den Antika konstens pånyttfödelse, pag. 81.

äro posterade till tjenstgöring i denna gymnastikens öfvergångsperiod, beklaga detta, måste vi trösta oss sjelfva och våra anhängare till konsten dermed, att om den gymnastiska konsten äfven stode med ena foten i grafven, så finnas ändock medel qvar i den andra till dess uppväckande och återställande. Nebulosorna äro blott dunstkroppar och de här namngifne skola en dag lätt nog bortblåsas, när nya solar hunnit med sitt ljus och sin värma ånyo beröra den misshandlade kroppen, Lings konst, som nu är en sjuk man och hvilkens tillstånd kräfver snar hjelp, om den ej skall bli ett — lik. Konsten liksom litteraturen behöfva understundom äfven hvila efter frambringandet af sina mästerverk, på det att samtid och närmaste efterverld må få tillfälle att repetera lexorna. Naturen gör uppehåll i framkallandet af store män, på det deras idéer och sanningar må kunna få tid att smältas. Shakespeare, *Beethoven* och den förste gymnasiarken voro svåra lexor för mängden att stafva på. Den sistnämndes fina konst kom, som sagdt är, litet för tvärt på efter en tusenårig dvala, och derför är det ej underligt, att ännu många fortsätta med stafvandet på den lexan och ännu ej medhunnit dess rena innanläsning. Allt detta ger oss skäl till förtröstan på en ny gymnastikens uppblomstring, emedan förmåga af pånyttfödelse äfven är nedlagd i hvarje stor sak. Låt vara, att rörelseläran ej vidare kommer att ingå i samhällslifvet med den utsträckning som hos Hellenismen (det vore ej heller att önska), så har den dock, genom den grund, som Ling lade för densamma, slagit för djupa rötter, för att kunna uppryckas; den väntar blott på snillrikare fackmän, än de, vi se omkring oss, för att ännu en gång kunna nå sin renässans och bli qvitt den rokocko- eller barockostil, som nu vanpryder väggarne på dess hus. Sakens inneboende rikedom, ett andligt *Gellivare,* är oss en borgen derför. Men liksom *Gellivare* behöfver den understödjas, bearbetas, påkostas. Dess rikedom ligger visserligen för öppen dag såsom Tabergs jern; men man får ändock icke lättjas, när man vill upptaga dess malmer. Ja, Gellivares jern och gymnastikens seniga armar att svänga stålet med förblifva Sveriges största skatter och starkaste försvarsmedel.



TIDSKRIFTS-AFDELNINGEN.

Första Bandet, Andra Häftet.

II.

De Döde.



I.

HUGO ROTHSTEIN.

(Med porträtt.)

Quid juvat callens numeros Mathesis,
Quando bis ternis pedibus sepulcrum
Terra metitur cineremque curta
Colligit urna?

Redan länge har svenska gymnastikens förste och flitigaste skriftställare, *Hugo Rothstein,* bebott de dödes stad, och dock har den tid, som förrunnit, sedan han för alltid nedlade sin griffel, ej varit lång nog att läka det sår, som träffade oss alla vid underrättelsen om hans död. De gamle uppförde kämpaspel på sina hjeltars grafvar, och ju flera de slagne voro, som stannade qvar på kullen ofvan den döde, desto större var festen. Vi kasta blommor i griftekoret, att med deras färger och dess vällukt minska dysterheten och såsom den sista skänk, vi ha att gifva de aflidne; äfven jag följer bruket, då jag här ger en ringa höstblomma, sent utslagen, med matta färger och ingen fägring, åt honom, som jag flygtigt såg, men mycket värderade. Hans sarkofag, ställd främst på det rum jag här egnat *de döde,* är en så mycket större prydnad, som den innesluter i sig mannen, som var en hörnsten, ställd i söder, dyrbar genom karakterens segaste fasthet och renaste glans — en hörnsten utan ihåligheter i brottet, för att låna uttryck af mineralogien. Aldrig kunde döden ge oss ett stoltare namn att sätta främst vid minnesteckningarne öfver gymnastikens Döde, fastän han på sitt kända vänsterhändta vis på samma gång omintetgjorde en mängd förväntningar, som vi ännu hade rätt att hysa på Hugo Rothstein.

Hvad lifvet är kort! jag tyckte i går jag var yngling.
Länge jag drömde i natt. Gubbe jag re'n är i dag.

(B. E. Malmströms posthume.)

Hugo Rothstein föddes den 28 Augusti 1810 i *Erfurt* i preussiska Sachsen, i hvilken stad, känd för sin industri och sina handtverkerier, fadren var en förmögen fabriksidkare. Denne önskade, att hans Hugo skulle öfvertaga firman såsom hans Nachfolger: men det fanns inom fädernestaden något annat, som mera lockade den med matematiska anlag rikt utrustade ynglingen, nemligen dess citadeller. Han bestämde sig också snart för att, efter ändade studier i nämnde vetenskap och sedan fadrens bifall slutligen vunnits, ägna sig åt artillerivapnet och befästningskonsten. Han inträdde såsom frivillig i kongl. preussiska artilleriet år 1827, blef der fänrik 1830 och sekundlöjtnant 1832. — En preussisk officer, aldraminst vid det vapen der R. stod, får ej, hvad vetenskaplig bildning och studier beträffar, bedömas efter våra begrepp om svenskt garnisonslif eller efter den tjenstgöring, som vanligen åligger våra landtregementsofficerare. Nej, erkänna måste man, att den preussiske officeren — serdeles vid artilleri- och genikårerna — i vetande öfverträffar de flesta nationers; när jag då säger, att R. tidigt betraktades såsom en af de aldrafrämste, så förstås lätt, hvarför högre auktoriteter snart fästade sina blickar på den lika flitige, som snillrike unge mannen. — Vi behöfva här endast flygtigt beröra hans första mannaålder, som mera uteslutande ägnades hans vapen samt den dermed sammanhängande rena eller använda matematiken och hvilken han tillbragte såsom garnisonerad dels i Wittenberg, dels i Magdeburg. Sedan han bortlagt sina cirklar och sitt ritstift, hade han tid nog öfrig att ägna sig åt musik och annan skön konst och vann snart en insigt deri, som stod öfver vanlig dilettantism. Han skref t. ex., under det han var garnisonsofficer i Wittenberg, artiklar i musik och en afhandling till och med öfver metrik. Derigenom öppnade sig ännu mera lätt societeternas dörrar för den mångsidigt bildade mannen med den rena, höga pannan, hvars bredd vid basen, om man får tro på frenologien eller fysionomiken, antydde den tankedigre geometern, och i hvilkens blåa ögon derunder man lätt återfann den adel och den själsstorhet, som bodde inom samma panna. Regeringen i Preussen skapade då omkring sig ett vittert och vetenskapligt lif. Den hade några årtionden förut stiftat Berlins universitet och ditkallat från alla håll förmågor af första ordningen. Äfven vid andra undervisningar (icke minst de militära) ville den fästa förmågor inom hufvudstaden och R. kallades 1836 till Berlin såsom lärare vid artilleriskolan, hvilket ej blott var en utmärkelse, utan äfven en lycka för en så qualificerad man, som han var, och hvilkens vetgirighet nu väl förstod att draga nytta af de lyckliga konjunkturerna för vetenskap i Tysklands lärdaste hufvudstad.

Länge hade han närt den önskan, att kunna beresa tvänne länder, närbeslägtade mer än till namnet, *Schweitz* och *Sverige*. Till det första anlände han redan i början af 1840-talet och lemnade såsom frugt af sin Schweitziska resa en beskrifning på vägen öfver S:t Gothard i militäriskt hänseende. Först år 1843 ankom han till vårt land och man kan säga att det är från detta år, som han tillhör oss och vår vetenskap, ty då inslog han på den nya vetenskapsgren, som sedan blef hans hufvudsak i lifvet och hvars törnekrona han bar, till dess han med den förblödde. Af allt, som den unge sydtysken såg och förnam i det gamla sagolandet, eldade ingenting så hans sinne, som den Lingska gymnastiken, emedan han med det oförvillade förståndet och snillets ljus genast insåg natursanningen deri och den stora nytta, som genom den kunde beredas fäderneslandet eller snarare menskligheten — stora själar tillhöra ej ensamt geografiskt utstakade landskap, der vaggan händelsevis stått, utan sanningens princip, som är kosmopolit — om dess spridning blott skedde i samma skala, som dess användbarhet förtjente. Inseende detta, beslöt han således att bli dess apostel i sitt fädernesland, der han, att börja med, fäste preussiske krigsministerns uppmärksamhet på den stora nytta, saken kunde bereda i första rummet åt landets armé. En följd deraf blef, att R. år 1845 kommenderades till Stockholm och genomgick der på våren och sommaren en kurs i gymnastik vid Centralinstitutet, med serskildt afseende på den militära delen af gymnastiken. Fri från tyskens vanliga fel, egde han i hög grad dennes förtjenster, grundlighet och arbetsförmåga, och eröfrade genom dessa samt öfriga sina egenskaper snart och lätt fulla förtroendet och tillgifvenheten hos gymnastikens första ledare på platsen den tiden, hvilka derför icke drogo i betänkande, att för honom öppna den nya vetenskapens hela skattkammare mer, än för någon annan. Af ett sådant förtroende gjorde sig R. fullt förtjent, ty han framlade skatterna ärligt och troget, när han återvände till hemmet, gifvande kejsaren hvad honom tillhörde, då han utarbetade sitt största verk, *Die Gymnastik nach dem Systeme des Schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling.* Detta är vanligen det första utländska arbete, en började gymnast tar i hand, och han tar då åtminstone icke galet, emedan mycket är der att lära och att minnas af hvarjehanda, enär arbetet är vidlyftigt tilltaget, och Rothstein kanske till och med någon gång gick utom ämnet, när han skref det — om man skulle vilja anmärka något. Det är emellertid ett ovärderligt magasin för en kommande gymnastisk skriftställare, ej lätt att tömma, än svårare att bättre uppföra. — Men icke blott vid det svenska gymnastikinstitutet var R. högt uppburen, såsom den främste eleven och den kunskapsrike främlingen. Äfven i Stockholms finare cirklar, ja vid konung Oskars vittra hof sågs han ofta och gerna, ej blott för sina officers-epåletter, utan för det bildade och fina både i hans inre och yttre menniska. Han hade utnämnts till premierlöjtnant år 1844. Hösten år 1846 återvände han till Berlin och redan följande året utnämndes han till dirigent för den gymnastiska undervisningen i Preussen. År 1851,

sedan han tagit afsked från artilleriet med rang af kapten (Hauptmann) i arméen, blef han dirigent för det då i en utvidgad skala stiftade kongl. gymnastiska centralinstitutet i Berlin, ty revolutionsåret 1848 hade med sina *tornados* bortsopat mycket ondt och godt samt för en tid stört den nya gymnastiska planteringen i sin växt (de sprängde äfven en annan svensk gymnastisk inrättning i Paris). Under denna mellantid arbetade R. så mycket flitigare såsom skriftställare — ty mest älskade han läskammarens atmosfer och var ingen vän af "gatornas visdom". — För att uppfriska sina kära minnen från den gymnastiska etydens lyckliga da'r i Sverige och på samma gång hvila ut från tankedigra arbeten, företog han ånyo en resa dit 1853 med sin maka, en fröken Meinert från Berlin (med henne hade han tvenne år förut ingått äktenskap), som nu för första gången beság Nordens storartade natur.

Ljuset, som utgick från R:s klara panna och spriddes genom hans skrifter, började blifva för mycket farligt för fiendernas (d. v. s. turnarnes) egennytta och onaturligheter, att icke dessa snart skulle göra allt till att skada Rothsteins gymnastiska åtgöranden. Ännu en gång i historien vunno ljusets fiender en skändlig seger öfver sanningen, ännu en gång blef hvetet förqväfdt af ogräset, hvaraf den tyska gymnastiken har rika upplag. Turnarne hade för sin egen existens svurit R:s och den svenska gymnastikens undergång. De lyckades tyvärr alltför snart och alltför väl med båda, ty stridskrafterna voro för olika. Rothstein se vi ensamt kämpande mot Tysklands alla turnare, förstärkte af medici och pedagoger, ja, hvad värre var, af — opinionen sjelf (den djerfvaste angriparen), som ansåg fäderneslandet i fara och dess ära kränkt genom den svenska uppfinningens utbredning. Vi ha redan omnämnt, huru man under det olyckliga året 1848 sökte göra R:s institut förhatligt. Detta var också en tacksam tid för dåliga menniskor att missbruka frihetens namn under det röda banerets skydd för egna intressen, en tacksam tid, säger jag, att göra en person förhatlig, sådan som R., hvilken hyllade ett nytt utländskt system i gymnastiken, som dessutom var officer i en impopulär regerings tjenst. Men äfven denna senare blef mer och mer kall mot den sanna gymnastikinrättning, som i sin födelse lofvat så mycket: dels organiserades ej någon riktig gymnastikundervisning i landet, dels motarbetades R. vid sitt eget institut, der man borttog mycket af den teoretiska undervisningen (t. ex. dissektion) och beröfvade derigenom den vetenskapliga gymnastiken dess hufvudstöd (anatomisk och fysiologisk kunskap), på det det svenska systemet ej skulle förmycket blotta det andras ohållbarhet och öfverdrifterna af "Barrenübungen" m. m. Obehag och chikaner hopade sig således dag för dag mot R., som, kämpande med pennan i hand, sökte bestrida fienden hvarje fotsbredd terräng, till dess hjelten med döden i hjertat och sedan allt, utom äran, var förloradt, drog sig undan, för att andas ut efter striderna, till samma Erfurt, hvarifrån han med så lysande förhoppningar utgått; der afled han den 23 Mars 1865 och begrofs i sin fädernejord redan den 26 i samma månad. Såsom en gengäld åt den, hvilken i skrift ädlast och tapprast kämpat för svensk gymna-

stik, hade Sverige till hands en af sina söner, den, som kanske bäst förstod R. och derför högst värderade honom, herr *Axel Ulrich,* hvilken, innan jorden tog sitt lån åter, lagerkrönte den döde kämpens förklarade panna, läggande till de immorteller, han sjelf beredt sig genom sina arbeten i lifstiden, ännu en på kistan, som inneslöt hans stoft. — En minnesteckning *(Quelques fleurs* etc.) författades under samme herr Ulrichs auspicier öfver den framlidne af belgiske läkaren herr *De Ceuleneer van Bouvel* (läs *Kölener fan Bauel),* dit vi hänvisa de läsare, som önska lära känna ännu flera sköna karaktersdrag af den ädle Rothstein.

Hvad glädje skänker din mätevishet väl,
När två gånger tre fötters jord är dig nog
Till en graf och en urna, som blott håller
En handfull aska?

Så klagar mången med skalden vid betraktandet af sträfvandernas mångfald och resultaternas litenhet vid arbetsdagens slut, den der ofta frambringar blott frostbiten kart, som lifvets kyla och korta solskensdag ej förmådde bringa till mogen frugt.

Ty det går långsamt till att fåran plöja,
i hvilken bildningens och kraftens frö skall sås;
när marken stubbhöljd är, man måste dröja,
för att den bryta, rödja, innan rum kan fås
för ädel säd,
att läggas ned,
och innan den har slagit rot och brodden sticker
sitt hufvud opp och solens strålar dricker,
det tar sin tid.

Vill man dock se saken an med en rigtigt klar och fördomsfri blick, så finner man lätt, att på det hela taget allt förbättras och går framåt samt att arbetet af rastlöse, ädle män, med en ej längre lifstråd, än den Nornan utspann åt vår Rothstein, förer med säkerhet, om ock långsamt, till målet; man öfverger då gerna pessimistens åsigt, ty man finner att stora personligheter ej lefvat förgäfves för den sak, de gjort till sin, och att ur den flitige samlarens förråder, ur kämpens mull en ny växtlighet, en ny plantskola kan uppstå, att skydda rörelseläran såväl som annan sanning mot likgiltighetens drifis och okunnighetens tjocka. — När sorgebrefvet om R:s död var brutet och innehållet deraf delgjorts i Sverige, stodo, som naturligt var, gymnastikens anhängare bestörta öfver den förlust, de lidit, fastän slaget ej kom alldeles oväntadt. Personer af olika partier inom gymnastiken skyndade att i en kondoleansskrifvelse till fru majorskan Rothstein tolka förlusten, som hon och de lidit genom hans bortgång, hvilken ej tillhörde något annat parti, än sanningens, det ädlas.

Rothstein var en ädel ande, som lefde blott för det godas spridning i verlden. Om hans karakter såsom menniska ock gymnasiark är ingen dissensus. I den senare egenskapen var han helt och hållet objektiv, så tillhörande den rationella rörelseläran, att man om honom kan säga, det han var mer Lingian än Ling sjelf, liksom det franska ordspråket yttrade sig om en bekant emigrant *), som var *plus royalist que le roi même* — derför att han aldrig ställde sig sjelf bredvid, ännu mindre öfver saken, aldrig på tyskens vanliga vis förordade eller gillade ett inhemskt sämre system framför ett utländskt bättre, endast derför att det var inhemskt; dessa båda systemer bedömde han liksom Rättvisan i mytologien — med förbundna ögon, d. v. s. efter sakens sanna natur, ej efter landsmanskapets fördomar — ty sanningen är, såsom vi förut sagdt, kosmopolit — och verkade, sedan han lagt Tyskland till den svenska gymnastikens öfriga besittningar, för denna med martyrens hela tålamod och ihärdighet, utan att minsta egna beräkningar kunde bringa denna klara stjerna ur systemet. Under slutet af sin verksamhet tycker man sig hos Rothstein igenkänna en af hjeltarne i antikens sorgespel, som ser den oblidkeliga *Moirans* finger utpeka hans undergång, utan att hjelten kan vika från sanningens idé, som måste segra på hans graf. R. är hvarken den förste eller siste, i hvilkens hjerta ödet skref sina lagar med jernstift i blodröda bokstäfver, ej den siste Stefanus, som slentrianen, lögnen och okunnigheten stenat. R. var, slutligen sagdt, ett caput för den familj inom konstens och vetenskapens riddarhus, som endast är till för det goda och sanna — derför välsignelse öfver hans verksamhet och frid öfver hans minne!

"År som åars
Vågor rinna;
Stridt, som strömforss,
Störta timmar;
Gubbens gamman,
Guldets blixtring,
Ynglings idrott —
Idel drömspel!

Stämman stöner,
Stafkarl vacklar,
Ögats eld med
Andens slocknar;
Mörker myllar
Mer än hundra
Årtals ära;
Allt förvandlas.

---

*) Le Comte la Bourdonnaye.

Se! hur skimrar
Silfverbågen,
Urdas urbrunn.
Idaslätten!
Nattens Nidhögg
Nu skall fly mig — —
Åter evigt
Ung till Kampvärf!"

(Starkads sång.)

Major Rothstein innehade följande titlar och värdigheter: *Officer (Major)* i arméen från år 1861; Ledamot af Kongl. Akademien för allmänt nyttiga vetenskaper i Erfurt; Ledamot af Militäriska Redactions-Föreningen i Berlin; Riddare af Kongl. Preussiska Röda Örns Orden, af Kongl. Svenska Svärds-Orden, af Kongl. Preussiska Guldkorset för 25-årig tjenst, af Hertigliga Sachsisk-Ernestinska Hus-Orden, af Furstliga Schwartzburgiska Hederskorset, samt innehafvare af Konungens af Sverige, Oscars, stora medalj i guld *(Memoriæ pignus)*, af Furstliga Detmoldiska Militärförtjenstmedaljen, af Kongl. Preussiska Prismedaljen, af Preussiska Prins Augusts-medaljen "Hjeltemod och Pligttrohet", samt af Furstliga Hohenzollerska medaljen.

Rothsteins från trycket utgifna gymnastiska arbeten:

1. *Die Gymnastik nach dem System des Schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling, dargestellt von Hg. Rothstein.*

a. Erster Abschnitt: *Das Wesen der Gymnastik, ihre Begründung,* etc. Berlin 1848 und 1849. Mit einer Figurentafel LXIX und 444 S.

b. Zweiter Abschnitt: *Die Pedagogische Gymnastik.* Zweite umgearbeitete Auflage. Berlin 1857. Mit 78 eingedruckten Holzschnitten und einen Figuren-Tableau. 286 S.

c. Dritter Abschnitt: *Die Heilgymnastik.* Berlin 1847. 130 S.

d. Vierter Abschnitt: *Die Wehrgymnastik.* Berlin 1851. Mit 2 Figurentafeln. 280 S.

e. Fünfter Ahschnitt: *Die Aesthetische Gymnastik.* 3 Heften. 1854, 1855, 1859. Mit 2 Figurentafeln. 508 S.

2. *Die Gymnastischen Freiübungen nach P. H. Lings System, dargestellt von H. Rothstein, Fünfte Aufl. Mit 88 erläuternden Figuren.* Berlin 1861. 172 S.

3. *Die Gymnastischen Rüstübungen nach P. H. Lings System, dargestellt von H. Rothstein. Zweite Auflage. Mit 91 erläuternden Figuren.* Berlin 1861. 120 S.

4. *Die Geräthübungen und Spiele aus der Pädagogischen Gymnastik, von H. Rothstein. Mit 40 erläuternden Figuren.* Berlin 1862. 72 S.

5. *Das Bajonettfechten,* nach P. H. Lings System dargestellt, von Hg. Rothstein, 2:e Auflage. 72 S. und 2 Figurentafeln. Berlin 1860.

6. Das *Stoss- und Hiebfechten* mit Degen und Säbel von Hugo Rothstein. 40 Fig. 79 Seiten. Berlin 1863.

7, *Athenæum für rationelle Gymnastik.* — 4 Jahrgänge. — 1854, 1855, 1856, 1857. — Berlin. (I förening med D:r Neumann.)

8. *Anleitung zum Betrieb der gymnastischen Freiübungen in den Elementarschulen.* Herausgegeben von Hg. Rothstein. Mit 2 Figurentafeln. Berlin 1861.

9. *Anleitung zu den Uebungen am Voltigerbock.* Bearbeitet u. herausg. von Hg. Rothstein. 1854. 32 S. u. 1 Figurentafel.

10. *Leitfaden zur instruction gymnastischer Gehülfen.* Von Hg. Rothstein. Mit 18 anatomischen Abbild. Berlin 1860.

11. *Anleitung zum Betriebe der gymnastischen Freiübungen bei den Truppen der Königliche Preussische Armée.* 2:e Auflage. Berlin 1857.

12. *Anleitung zum Bajonnettfechten.* Berlin 1857.

13. *Gedenkrede auf P. H. Ling, den Nordischen Gymnasiarchen und Skalden, aus dem Schwedischen übersezt und mit Beilagen und Anmerkungen versehen.* Mit dem Portrait Lings. Berlin 1861.

14. *Die Königliche Centralturnanstalt* (l'Institut Central Royal de Gymnastique) zu Berlin. Mit einer Tafel Abbildungen. 1861. Separat Abdruck eines vom Königliche Kriegsministerium herausgegeben Beihefts zum Militär-Wochenblatt.

15. *Vermischte Schriften über Gymnastik*, 1 Heft, Berlin. 1862.

II.

A. GRISIER.

Les armes ne sont plus une loterie lorsque l'esprit préside a l'action.

Trädgårdarne i Paris och dess omgifningar hade redan i mängd slagit ut blad och blommor; till och med vårliga frukter af ny skörd hade här och der ersatt de förgångna, ty Maj månad var redan inne på året 1865. Något hvar af innevånarne, som hade tillfälle, drog sig undan stadens qvalm, från fäktsalarne till badorterna. Marsfältet dammade i skyn under kyrassierers och hussarers öfningar, dem knappast några andra åsågo, än en mängd skådelystna främlingar, hvarpå aldrig är brist i den hvimlande verldsstaden. Hade någon af dessa möjligen ägnat något af sin ungdomstid åt värjan eller floretten — säkert hade många det — så var troligen ej namnet Grisier obekant, ty det var ett stort namn, tillhörande den man, "som satte en tanke i floretten" och med mera rätt än någon annan kunde kallas "Frankrikes förnämsta värja". Nu skulle likväl hvilken som helst af dessa främlingar fått svårt att taga reda på hans ej särdeles rymliga fäktsal i hörnet till en af boulevarderna och förstaden *Montmartre*, hvarifrån Grisiers namn strålat vidtut i verlden, och ifall främlingen frågade de brådskande parisarne, som möttes, efter detta förr så bekanta namn, så visste de det icke, emedan mängden i en stor stad är en glömsk gudomlighet, som vanligen ej tänker längre än för dagen,

och ingen mindes nu vår Grisier, eftersom han ej blott för några qvinqvennier sedan slagit sig ned i undandragenhetens lugn, utan just på detta år, i denna månad — var död. Allbesegraren hade med sin lia vridit värjan ur Grisiers hand. Ett skott på fäktkonstens stamträd hade dött ut och ingen vår har ännu ersatt det.

I Paris såg **A. Grisier** ljuset år 1791. Hans fader var handlande derstädes och sonen stod några år som barn i fadrens bod; men ynglingen svärmade för mycket för musiken och teatern, för att längre stanna inom disken; man säger att han vid denna tid debuterat i en sångroll. För musiken bar han alltid ett afgjordt tycke och öfvade violinspel till och med i sina senare år, i likhet med många andra stora fäktare, t. ex. hans företrädare *St. Georges*, om hvilken vi snart vidare få tala, *Tartini*, som utom sitt europeiska rykte såsom violinist äfven besatt en skicklig fäktaretalang, *Dupuy* m. fl. Det vill deraf synas, som skulle florett- och stråkföring vara nära slägt. — När de koalierade stormade an mot barrièren vid Montmartre och slutligen intogo Paris år 1814, stred G. med utmärkelse såsom nationalgardist under marskalk *Davoust* och mottog af hans hand derför en dekoration. Redan nu började han få öfvertaget i ryktbarhet framför Frankrikes alla öfrige fäktare, sedan döden långt förut nedlagt den jättelikt starke St. Georges, typen, modellen för styrka och snabbhet förenade, en fäktkonstens *La Blache*, hvilken med elefantens volym fladdrade lätt som en fjäril, när det så erfordrades. Borta var också *Boissière*, hvilken ännu i sitt 84:de år gaf lektioner på värja. — Mer och mer blef G:s fäktsal en samlingsplats för män af högsta rang och af alla slags förmågor från Europas flesta länder: spanska grander, ryska ministrar och kneser med söner och sonsöner, irländska hertigar, grefvar och baroner med nästan lika ädelt blod och långrandiga anor, som deras arabiska springare. Markiser, fashionable deputerade, skriftställare, konstnärer, kritici och journalister af alla skolor och färger träffades der med floretten i hand. *Dumas* var historiografen, som från G:s fäktsal lånt mången scen för sina romaner. Han förblandar likväl ofta vår man med brorsonen *Eugène* Grisier, åt hvilken gubben sedermera öfverlemnade sin fäktsal och sitt namn, sedan denne, jemte underläraren *Gorisse*, länge förestått lektionerna.

Efter de hundra dagarne sammanstötte nästan dagligen i blodiga dueller officerare af de olika partier, som då uppfyllde Paris: Napoleonister, legitimister, bourbonister etc. *Les gens insolents et brétailleurs* uppfyllde fäktsalarne, der de uppförde sig med största arrogans, uppsökande endast som tidsfördrif offer för sin duell-lystnad. En af Grisiers stora förtjenster var, att han rengjorde fäktsalarne från dessa skadedjur, som huserat i Paris ända från Henric III:s dagar, men under restaurationen i dubbelt antal funno dubbel näring. Detta skaffade honom och hans elever naturligtvis en mängd dueller på halsen och vid ännu flera rådfrågades han. Sjelf har han till och med duellerat med ett Italienskt fruntimmer, signora *Bagdolini*. Men denna utrensning var ej G:s enda förtjenst om fäktkonsten. Han var tillika den rationelt

räsonnerande fäktaren, som betraktade sin ädla konst såsom ett hälsomedel lika mycket som en krigsvetenskaplig sak, i motsats till föregångarne, hvilka i värjan endast sågo ett anfallsvapen. *L'escrime sans esprit est chose triste et absurde*, säger han t. ex., och talar om att bota rachitiska snedheter med vensterhändig fäktning. Han är ju således inne på sjukgymnastikens område. G. vägde det moraliska i fäktkonstens gymnastik mycket högre än någon före honom eller Ling gjort, eftersom han ansåg fäktningen "göra menniskan frisk till själen och stark till kroppen". Likväl fattades honom en sak för att i teori uppnå Ling — anatomisk kunskap. I praktisk färdighet mätte han sig naturligtvis med hvem som helst, förenande hos sig St. Georges eld (dennes jättelika styrka ägde han likväl icke) med den plastiska skönheten hos en *Fabieu*, som förskaffade denne utmärkte fäktare tillnamnet fäktkonstens *Apollo*. St. Georges var dess *Herkules*, dess *Milon*. I hastighet liknade Grisiers stöt en afskjuten kula och hans ögons stickande eld två värjspetsar. Han ägde derför i högsta grad de fem egenskaper, som han företrädesvis ansåg böra utmärka en riktig fäktare: kunskap, träffsäkerhet, snabbhet, öga och hand.

Efter Julirevolutionen afgick han till Ryssland, på inbjudning af kejsar *Nicolai I*, som städse förblef hans gynnare. Till honom dedicerade han ock sin *Les Armes et le Duel* (år 1837). På sin fäktsal i Petersburg samlade han snart, liksom förut i Paris, alla slags förnämiteter och snillrika ryktbarheter, bland andra skalden *Pusckin*, som sedermera föll i en duell nära nog inför Grisiers egna ögon. Efter tio års vistelse i Ryssland började G. längta tillbaka till sitt Frankrike, "der man — som han brukade säga — ännu talar om mig", från Petersburg, "en präktig stad", enligt samme Pusckins uttryck, "af sorg, kyla och granit". För att fira sin afresa från Ryssland, frigaf han sin lifegne betjent och var således i fråga om slaf-emancipationen före sin tid.

Till slut några ord om Grisiers värjteori!

Vi börja med paraden, som han tillade förnämsta vigten *(car la parade est le premier devoir*, säger han). Sådane räknar han åtta: *prime*, något liknande vår *förhängning* i sabel; *seconde*, liknande vår sekund, men med högre spets; *terse*, spetsen något högre, annars som vår; *quarte*, höjden af hand och spetsen såsom vår, men handen i stark pronation; *cinquième* eller *quarte croissée*, handen i låg pronation, eljest lik den föregående; *sexte* eller quart öfver vapnet liknar närmast vår quart, handen i supineradt läge; *septième* eller *demi cercle*, ungefär vår quart, men här föreskrifves vapnet mer i horizontelt läge; sitt senare namn har den emedan vapnet här beskrifver en halfcirkel; *octave*, lik den föregående, men spetsen högre än handen. Man ser af det nu anförda, att skilnaden mellan dessa många parader ofta är så obetydlig, att reduceringen till fyra, som vi antaga, har stora skäl för sig. Mensuren anger G. vara, då man med oböjd florett når motståndarens anfallstafla. — Det är det första inhugget — säger han ytterligare — som är det afgörande: *"il faut donc que ce premier coup soit calculé avec toutes les forces du resonnement porté selon le caractère de celui avec, qui*

l'on se batte, si l'on connait déja ce caractère; si au contraire on ne le connait pas, il faut l'étudier." I rigtig gard med linien iakttagen, bör man sedan vänta attacken. Raka stötar, kupéer, degagementer (stötar öfver och under) och låga stötar i linien kallar han enkla stötar. Dessa böra föregås af en hotande rörelse *(froisé, menacé)*, dels med vapnet, som berör motståndarens, dels med kroppens rörelse, för att oroa och förvilla. Appeller tjena till att underrätta sig om sin egen kropps aplomb. I duellen bör man akta sig för starka marscher framåt, emedan de exponera en, bakåt, derför att de onödigtvis trötta och sällan äro af någon nytta i annat fall, än när man, besegrad, vill söka sin räddning med benen, ej genom stålet. *Sentiment de fer* (känslan af motståndarens vapen) är det sista momentet, man i fäktningen behöfver lära, för att kunna öfvergå från larf till fjäril, d. v. s. från elevens ståndpunkt till artistens. Denna sentiment supplerar i viss mån hos fäktaren synorganet, som derigenom mera oafvändt kan rigtas på motståndarens öfriga rörelser; den varnar att ej ligga för hårdt åt och utstakar ett lagom för *trycket. Un homme tenant en main la clef d'un appartement, et qui pour entrer prefère a briser la porte*, kallar G. den, som med stel styrka, utan mjukhet eller själ, alltid angriper i samma ställningar och med samma stötar.

För sabeln hyser Grisier ingalunda det förtroende, som värjan inger honom och alla andra, hvilka i grunden förstå fäktkonst. Han anser att ett utveckladt system ej är rätt tillämpligt för detta vapen med sina höga och låga hugg så, som när frågan är om stötvapnen af större eller mindre längd. Ehuru han i fäktningen med det längsta och tyngsta af dessa, bajonettgeväret, ej var någon fackman, så förstod han genom sin djupa insigt i värjsystemet dess höga värde för stridande arméer, alldenstund det med bajonett väpnade geväret till dels är en värja i stort. *Le fusil est arme la plus terrible, qui ait jamais inventée, qui intercède querelles entre royaumes, l'epée decede les querelles entre individus.* Ännu mer afvog än mot sabelväldet var Grisier mot pistolduellen, som ytterligare förråat fäktkonsten till ett slagterihandtverk. Denna är dessutom förkastlig derför, att en af kulan blesserad duellant vanligen är svårare att rädda. Värjan kan mångfaldigt moderera sin stöt och gjorde det oftast, der Grisier var med.

"Je ne veux attaquer personne, mais, en verité, j'ai lu des choses si etranges dans ce que l'on écrit sur la bayonette etc., que j'en rirais, si je n'étais profondément affligé en pensant que ces misérables enseignements auront souvent pour résultat de fair blesser ou tuer la chose."

III.

Frih. CARL AUG. ACHILLES v. VEGESACK

var född i Stockholm den 17 November 1799. Liksom *Schartau*, *Branting* och *Lundgren* voro Lings utmärktaste fäktelever bland de civile, så var v. Vegesack det bland de militäre. Han undervisade länge i fäktkonsten på Karlberg, der han efterträdde sin egen lärare. Var dessutom tjenstgörande Kapten på K. Westmanlands Grenadierkår, derifrån han tog afsked med Majorstitel; blef Kammarherre samt Riddare af K. S. O. Sedan han genom gifte förvärfvat en betydlig förmögenhet, nedlade han sina befattningar och bereste under flera år utlandet, hvars fäktmetoder bland annat voro föremål för hans observationer, företrädesvis Frankrikes naturligtvis, der de södra provinsernas egendomliga vapenlekar och käpphuggningar lifligt ådrogo sig hans uppmärksamhet. På hans äldre dagar bröt en spinalirritation hans fordom starka och af ädel fäktkonst utbildade kroppskonstitution och han drog sig då alldeles ifrån fäktsalens lekar och strider. Den 24 November 1865 afled han i sin födelsestad. Aktning och frid åt minnet af svenska fäktkonstens Achilles!

IV.

EDVARD BULLERDIECK.

Året 1865 var ett dödligt år för gymnastikens män; en slags digerdöd härjade då bland dem. Ej nog att grafvarne öppnade sig för de män, hvilkas lefnad vi här nyss tecknat. I Hannover dog samma år den 27 Augusti *Edvard Bullerdieck,* hvilkens korta lefnad endast hann utplantera en förhoppning, den döden genast var framme och afskar med sin lia.

Edvard Bullerdieck föddes i Bremen år 1834. Äfven hans fäderneyrke var handeln och sjelf tjenstgjorde han såsom handelsbiträde, när han år 1856 började assistera på institutet ”für Schwedische Heilgymnastik”. Här fick han snart verklig smak på den rationella gymnastiken, och sedan han tillbragt följande året under strängt arbetande — ty arbetsam var Bullerdieck på äkta tyskt vis — för att bemäktiga sig dess förstudier och svenska språket

under d:r A. S. Ulrichs handledning, begaf han sig till Stockholm år 1858, för att vid Centralinstitutet vidare taga reda på den sak, åt hvilken han ville ägna sig. År 1859 återvände han till Bremen. Efter hemkomsten grundade han en sjukgymnastisk inrättning i Rotterdam *(Inrigting voor genees-kundige Gymnastiek)*, hvilken han såsom direktör förestod i trenne år. Derefter öfvertog han ett i Hannover af d:r Ulrich upprättadt gymnastikinstitut, så mycket hellre som han derigenom kom fädernehemmet trenne timmars väg närmare. Der slutade en maginflammation hans bana den 27 Augusti. Hans jordiska qvarlefvor fördes till Bremen, der de jordades.

Om B. fått räkna flera lefnadsår, än som nu blef fallet, så skulle han troligen till någon del ha kunnat ersätta förlusten, som svenska gymnastiken led genom Rothsteins frånfälle; ty han ägde ett klart förstånd, som med ihärdighet — man kan nästan säga envishet — sökte intränga i den gymnastiska vetenskapen. Dertill var han en redbar, frisinnad man, så älskande sanningen, att man nästan kunde kalla honom en annan *Aristides*, som ej ens på skämt ville ljuga. För att uppväga Rothstein i hela dess vidd skulle väl ej ha blifvit honom möjligt, enär tillräckliga kunskapsfonder dertill fattades och framför allt sinne för det sköna, ty något ästetiskt Söndagsbarn var han icke, utan låg snarare åt det sträfsamma, något pedantiska hvardagsarbetet.

Af Bullerdiecks hand finnas skrifna: *Eerste Verslag omtrent de inrigting voor Geneeskundige Gymnastiek te Rotterdam* (1863), samt en artikel om *Gymnastik und Turnkunst*, införd i en Bremertidning.

Utdrag af årsredogörelsen till H. H. Eforus öfver Norrköpings högre Elementarläroverk läseåret 1866—67.

Af 291 lärjungar, som begagnat undervisningen vid läroverket, ha 52 varit befriade från gymnastiken. De sjukdomsanledningar, som föranledt detta ej ringa antal permitterade, kunna indelas i tvänne hufvudafdelningar, nemligen den ena: en ökad blodsvallning åt hjertat och lungorna, som vanligtvis angriper lärjungarne i de högre klasserna, och hvilken alltid talrikt förekommer vid evolutionsåren, isynnerhet när ungdomen saknar nödig kroppsrörelse och tillfälle till vistelse i fria luften. Lätt är denna oregelbundenhet att häfva, om den i tid uppmärksammas, men öfvergår snart till farliga kroniska lidanden, om stillasittande och tankeansträngningar få öka hjertlidandet. Den andra hufvudafdelningen af de sjukdomar, som föranledt permitteringar från skolgymnastiken vid härvarande läroverks lägre klasser (1, 2, 3), tillhör mera speciellt Norrköping. Den är af anæmisk natur och dess rot kanske mest att söka deruti, att läroverkets nämnde lägre klasser företrädesvis befolkas med obemedlade fabriksarbetares barn, som ofta uppfödas i fuktiga bostäder och af mindre sunda näringsmedel. Sådana barn klaga ofta öfver hufvudvärk och mattighet, troende att dessa lidanden primitivt orsakats af gymnastiköfningarne, från hvilka de derför talrikt söka befrielse. Långt ifrån att orsaken skulle ligga i gymnastiken, utgör just rörelseläran, liksom bad, ett specifikt botemedel för blodkulornas rening, de ofärgade blodkorpusklernas förvandling till färgade, förnötta delars afgång och ersättning m. m., på hvilket allt kroppens hälsa och styrka i första rummet bero. Den uppfostrande gymnastiken, rationelt handhafd och betraktad allenast såsom ett profylaktiskt läkemedel, är således här särdeles indicerad, äfven om den, i likhet med flera andra kurmetoder, såsom Karlsbaderdrickning, kallvattenbehandling m. m., i början tillkännager sin pånyttfödande verksamhet med ett ökadt illamående.

Ehuru man härstädes försökt att något stäfja det exercisraseri, som på senare tider inträngt i gymnastiksalarne och der nästan hotar att uttränga den verkliga, harmoniserande kroppsöfningsläran, då det vill sätta gevär i händerna på barnen vid deras första inträde i skolan, så har man dock ansett, att såväl gevärsexercis som manöver (serdeles tiraljörexercis) böra öfvas, såsom det skett med de 4 äldre klasserna under vårmånaderna Maj och halfva

Juni vid Ekbacken och Klingsberg samt under höstmånaderna September och Oktober kring Lindö och Sylten. *)

I stadgandet om de extra anslagsarvodena åt de högre elementarläroverkens gymnastiklärare vill det synas, som man antagit en alltför qvantitativ, för att icke säga krass, beräkningsgrund, i det man bestämt summan helt och hållet efter lärjungarnes antal, utan att i minsta mån låta timmarnes antal, ännu mindre *lärosättet* eller lärarens teoretiska förtjenster, väga något i den extra aflöningens vågskål. Den sanna uppfostrande gymnastiken bör likväl icke vara så beskaffad, att den beqvämligen väges liksom efter drägtighet eller pundigtal. En lärare i den själsbildande och kroppsöfvande rörelseläran bör åtminstone åtnjuta samma ranzon — för att tala i samma stil som våra nya gymnastiklagstiftare — som de massans ledare, hvilka räkna sin styrka endast efter "man, hästar eller kanoner". —

(Bilaga.)

Fältmanöver. Härvarande högre elementarskolas ungdom från 5:te, 6:te och 7:de klasserna (dess grenadierkompani), bestående af omkring 50 man med nödigt nummerspel, aftågade — — — — till Ekbacken, under befäl af skolans öfver- och underlärare i gymnastik, samt med underbefäl ur ynglingarnes egna leder. Vid den natursköna Ekbacken öfvades uteslutande tiraljörsexercis. Truppen var provianterad för fyra timmars tåg, men medförde ej någon ammunition, ty allt skjutande med krut eller tändhatt var denna gång strängt förbjudet, såsom hinderligt för fältoperationernas plan. Före aftroppandet hade öfverbefälhafvaren utfärdat till manskapet en så lydande

Dagorder:

"Till Norrköpings elementarskolas vapenföra ungdom af linien och dess tiraljörer!

Gossar! Redan alltför länge ha vapnen hvilat i rustkammaren, musköten tyckes undra hvart dess förare tagit vägen, rosten fräter på stålet och spindlarne ha länge nog sammanspunnit sina fabrikater i våra rustningar! Våren framskjuter allt längre och allt flera sina förposter, och allt talrikare höras sångfoglarnes efterlängtade vedettkedjor i de doftande skogskrönen. Med vårens anryckande känner ock ynglingen behofvet af fältlif, ty

"Det är qvaft i sluten kammar',
Der vårt väsen tvinar bort i tvång;
Derför ut bland skogens stammar,
Ut på fältet ibland lif och sång!"

*) Se Bilagan.

Fatten således åter de vapen, som J med heder och till edert och äfven andras nöje buro förliden hösttermin på Syltens kullar, Lindö slätter, Oxtorgets sandåsar ej att förglömma! Intage derföre hvar och en med skyndsamhet sin plats i ledet. Nelsons helsning, som han signalerade till sin segerrika flotta utanför Trafalgar: *Old England expects that every man shall make his duty! (Gamla England väntar att hvar karl gör sin skyldighet)*, använda vi till vårt fältrop och vår lösen, ty öfverbefälhafvaren väntar af eder, det hvar och en finnes på sin plats och der gör sin skyldighet; men gamla Sverige väntar också af sin ungdom, att den ej glömmer sig, om fäderneslandet för sitt försvar framdeles behöfver dess arm och dess varma blod. Hören! skarpskyttarnes stridssignaler nå redan våra öron. Vi ha lofvat att ställa oss i deras leder såsom lättfotade tiraljörer. Minnens derföre nu mer än någonsin den ordning och hållning, som jag sökt inprägla hos eder, nu då vi snart komma att strida under stamtruppens banér.

Alex. Zanders."



Förändringar inom Gymnastikpersonalen
sedan år 1864.

Direktionen för K. Gymnastiska Centralinstitutet.

Ordförande:

General-Direktören **Nils Johan Berlin**, R. N. O., född 1812.

Ledamöter:

Expeditionschefen **Gunnar Wennerberg**, R. N. O., född 1817.
Sekreterare: Öfverste-Löjtnant **Gustaf Nyblæus**, R. S. O. 1862, född 1816.
Redogörare: Kapten **Reinhold Gustaf Silfversvärd**, R. S. O., född 1823.

K. Gymnastiska Centralinstitutets Lärarepersonal.

Föreståndare för K. Gymnastiska Centralinstitutet: **Gustaf Nyblæus**, 1864.
Öfverlärare: **T. J. Hartelius**, Professor, M. D. 1865, född 1818.
Underlärare vid den Medicinska afdelningen: **Anton Bergh**, M. D. 1866, född 1830.
Lärarinna: Fröken **von Zweigbergk**.

Allmänna läroverken.

K. Krigsskolan.

Förste lärare: Kaptenen vid K. Dalregementet **S. T. von Vegesach**, 1867, född 1822.
Andre lärare: Underlöjtnanten vid Konungens Svea Lifgarde, Friherre **Carl V. K. von Rosen**, 1867, född 1841.

Kongl. Sjökrigsskolan.

Lars Mauritz Törngren, Löjtnant vid Kongl. Flottan, 1867, född 1839.

Högre Elementarläroverken.

Gefle:

Henrik Erland Ling, 1867, född 1836.

Strengnäs:

Vakant.

Westerås:

Rudolf Bolling, Löjtnant vid Gotlands Nationalbeväring, 1867, född 1825.

Nyköping:

Ivar D. Wilhelm Indebetou, Löjtnant vid Kongl. Södermanlands Regemente, 1865, född 1836.

Jönköping:

Carl Conr. Knut Edborg, Underlöjtnant vid Kongl. Wermlands Regemente, 1864, född 1840.

Lund:

Bror Ad. Georg Ridderborg, Löjtnant vid Kongl. Norra Skånska Infanteri-Regementet, 1866, född 1836.

Karlskrona:

N. Lundborg, 1868.

Umeå:

Carl Johan Jul. Burman, 1865, född 1827.

Badanstalt.

Strömstad:

Leonard Alexis Zanders, Lärare i gymnastik vid h. Elementarskolan i Norrköping, 1866, född 1824.

Pensionsstat.

Lars Gabriel Branting, Professor, R. af K. N. O. och P. S. A. O., f. d. Föreståndare för K. Gymnastiska Centralinstitutet, född 1799.

Halmstad, fastän fullständigt läroverk, saknar gymnastiklärare.

Gymnastisk författningssamling.

Vid föredragning den 11 April 1865 af Linköpings Konsistorii gjorda hemställan, att de beväringsskyldige bland ej mindre lärjungarne vid högre elementarläroverket i Linköping, än ock bland eleverna vid dervarande folkskolelärare-seminarium, hvilka vid undergången pröfning, på sätt K. M:t kunde föreskrifva, visat sig äga den färdighet i vapenöfning, som under vanliga förhållanden kan vid första årets möte inhämtas, finge, i likhet med hvad som enligt K. kungörelsen den 11 Augusti 1863 medgifves medlem af frivillig skarpskytteförening, vinna befrielse från deltagande i första årets vapenöfning med den allmänna beväringen, — har K. Maj:t ansett skäl icke vara för handen att till ifrågavarande hemställan lemna bifall.

= Transumt af K. M:ts nåd. skrifvelse till Stats-Contoret, angående Rikets Ständers beslut i afseende på utgifterna under Riksstatens Nionde Hufvud-Titel, i hvad beträffar embets- och tjenstemäns **pensionsrätt** å allmänna indragningsstaten, den 16 Mars 1858. — — — — — — — — — — — — — — — — — —
— —

34:o. Med afseende å billigheten deraf, att personer, hvilka egnat sina krafter åt det mödosamma gymnastiklärarevärfvet, på ålderdomen icke måtte sakna sin nödtorftiga bergning, hafva Rikets Ständer beslutat, att gymnastiklärare, hvilka antingen vid Gymnastiska Institutet eller vid Elementarläroverk oförvitligen tjenstgjort i tretio år och uppnått sextio års ålder, skall vara berättigad att uppföras på allmänna indragningsstaten med sin fulla lön såsom pension. — — — — — — — — — — — — — — — — — —
— —

Under Hans Maj:ts,
min allernådigste Konungs och Herres, sjukdom:

CARL.

J. A. Gripenstedt.

= Om årliga berättelser, rörande undervisningen i gymnastik- och vapenöfningar vid Elementarläroverken.

Till Eforus öfver N. N. stifts Elementarläroverk!

CARL — — — — — — —
— — — — — — — —

Wår ynnest — — — — — — — — — — — — — — —

Sedan genom stadgan för Gymnastiska Centralinstitutet den 8 Januari 1864 Direktionen öfver nämnde institut blifvit anbefalld att årligen afgifva underdånig berättelse om undervisningen och öfningarne i gymnastik vid rikets elementarläroverk och folkskolor, samt Direktionen, på grund häraf, till Oss inkommit med förslag rörande formen för och omfånget af de uppgifter, hvilka i sådant afseende böra af vederbörande afgifvas, hafve Wi, vid underdånig föredragning häraf, funnit godt i nåder föreskrifva, det j ägen att hvarje år före Mars månads utgång rörande undervisningen i gymnastik och vapenöfningar under det föregående året vid N. N. stifts elementarläroverk afgifva till bemälde Direktion redogörelse för de förhållanden, som i följande punkter angifvas, nemligen:

1. **Gymnastiklokalen.**

Lokalens beskaffenhet och läge, med afseende på byggnad och inredning, utrymme inomhus och på gårdsplanen, uppvärmning, ventilering, belysning m. m.

2. **Materiel.**

a.) för gymnastiköfningar.
b.) för vapenöfningar.

Anmärkning. Sedan uppgifterna, rörande dessa 2:ne punkter, blifvit meddelade i först afgifna årsberättelsen, anföras uti följande berättelser endast de förändringar, hvilka kunna hafva under året blifvit vidtagna.

3. **Lärjungarnes antal och fördelning.**

Antalet lärjungar under 15 år och antalet öfver denna ålder: antalet af dem, hvilka icke deltagit i gymnastiköfningarne, jemte uppgift i tabellform om orsakerna härtill; enahanda uppgifter för dem, som, oaktadt de uppnått 15 års ålder och deltagit i gymnastiköfningarne, dock icke i vapenöfningarne deltagit; lärjungarnes fördelning i afdelningar och underafdelningar, med uppgift å antalet i hvarje.

4. **Öfningstider.**

Uppgift huru mycken tid varit ägnad åt:
a.) Gymnastik 1) utan redskap, 2) med redskap.
b.) Fria öfningar och lekar, bollspel, kapplöpning, brottning o. d. på skolans lekplan eller annorstädes.

c.) Vapenöfning: 1) Gevärsexercis och Infanterimanöver, 2) Bajonettfäktning, 3) Sabelhuggning, 4) Florettfäktning.

Antal veckor, dagar i veckan, tiden för hvarje dag, särskildt för hvarje afdelning.

Under hvilka tider af året gymnastik- och vapenöfningar försiggått i fria luften.

Om öfningarne inom de olika afdelningarne varit inställda; i detta fall, huru många gånger, med uppgift om orsakerna dertill.

5. Öfningarnes inflytande på lärjungarnes hälsa, härdighet, kroppsliga hållning och kraft, på ordning och lydnad, äfvensom på det intellektuella arbetets gång.

6. Om extra lärare vid undervisningen biträdt, och i denna händelse, huru många timmar hvarje vecka han tjenstgjort.

7. Anmärkningar, till hvilka lärarens erfarenhet i ett eller annat hänseende kan gifva anledning.

Meddelande Eder sådant till kännedom och underdånig efterrättelse samt vederbörande Rektorers förständigande, befalle Wi etc.

— — — — — — — — — — — — — — — — — — — —

CARL.

F. F. Carlson.

Ofvanstående författning är genom efterföljande nåd. Cirkulärbref sålunda ändrad:

CARL etc. etc. — — — —

— — — — — — — —

Wår ynnest etc. etc. — — — — — — — — — — — —

Sedan Wi, genom nådigt Cirkulär den 19 Juni 1866, föreskrifvit, att Eforalstyrelserna skola hvarje år före Mars månads utgång till Direktionen öfver Gymnastiska Centralinstitutet afgifva redogörelse rörande undervisningen i gymnastik och vapenöfningar under det föregående året vid de under dessa styrelsers inseende ställda elementarläroverk och pedagogier; så har bemälda Direktion uti skrifvelse den 27 sistlidne September i underdånighet anmält, att, enär sådana redogörelser till Direktionen inkommit för kalenderåret 1866, men det enligt nådiga stadgan för Gymnastiska Centralinstitutet den 8 Januari 1864 ålåge Direktionen att årligen före December månads utgång till Oss afgifva underdånig berättelse för det näst-föregående undervisningsåret om så väl institutets verksamhet som undervisningen och öfningarne i gymnastik vid nämnda läroverk, Direktionen sålunda icke blifvit satt i tillfälle att, hvad dessa beträffar, detta sitt åliggande fullgöra; och har Direktionen vid sådant förhållande i underdånighet föreslagit, att Eforalstyrelserna måtte få sig föreskrifvet, att besagde redogörelser för undervisningsår och icke för kalenderår afgifva, samt att i sammanhang dermed dem måtte anbefallas att till Direktionen så fort ske kan afgifva redogörelse för gymnastik- och vapenöfningarne under vårterminen innevarande år.

Vid föredragning af detta ärende hafve Wi, med bifall till hvad Direktionen i underdånighet föreslagit, angående redogörelse för undervisningen i gymnastik och vapenöfningar under sistförflutne vårtermin, funnit godt föreskrifva, det skall hädanefter enahanda redogörelse, omfattande läseår, inom September månads utgång hvarje år till Direktionen afgifvas; Hvilket Wi etc. etc. — — —
Stockholms slott den 25 Oktober 1867.

CARL.

F. F. Carlson.

= Cirkulär, angående undervisningen i gymnastik vid Elementarläroverken i riket.

CARL, med Guds nåde, etc. — —
— — — — — — — — — —
— — — — — — — — — — — — — — — — — — — —

§ 1.

De gymnastiska öfningarne bestå af *A)* Öfningar utan redskap, *B)* Öfningar med redskap och *C)* Öfningar med vapen.

§ 2.

Öfningar utan redskap omfatta såväl fritt utförda lekar, såsom kapplöpning, bollkastning, brottning o. d., som ock efter kommando utförda rörelser eller s. k. fristående gymnastik. Dessa öfningar verkställas, när årstid och väderlek ej hindra, under bar himmel.

§ 3.

Öfningar med redskap motsvara den s. k. apparelj-gymnastiken och utföras lämpligast i gymnastiksalen.

§ 4.

Öfningarne med vapen utgöras dels af gevärsexercis med infanterimanövrer, dels af egentlig vapenföring, eller fäktning med bajonett, sabel och florett. Dessa öfningar, med undantag af sabel- och florettfäktningen, verkställas ute, både under höstterminen, så länge väderleken det tillåter, och under vårterminen, så snart den för svagare bröst menliga skärpan i luften försvunnit.

§ 5.

De i §§ 2 och 3 nämnda öfningar sträcka sig till alla klasser; de i § 4 åter företrädesvis till de högre, så att gevärsexercis må förekomma först i femte klassen, bajonettfäktning i den sjette samt fäktning med sabel och florett i den sjunde.

De fristående gymnastiköfningarne kunna för de högre klasserna omvexlande utbytas mot gevärshandgrepp och fäktrörelser på linie.

§ 6.

Öfningarne med redskap anställas, der icke särskilda hinder möta, med hvarje klass dagligen och minst en half timma hvarje dag, helst efter läsningens afslutande före middagen.

Vapenöfningarne skola för femte klassen upptaga en och för sjette och sjunde klasserna hvardera två timmar i veckan. Sabel- och florettfäktningsöfningarne må frivilligt begagnas. Lärjungarne i sjunde klassens öfre afdelning må kunna, då de i dessa öfningar deltaga, från gymnastiken i öfrigt, efter anmälan, af rektor befrias.

§ 7.

Den pedagogiska gymnastiköfningen bör innehålla en kortare följd af fristående rörelser, marsch- och språngöfningar samt något redskapsgymnastik, och bör den någon gång afbrytas af en eller par minuters frihet. Efter en halftimmas gymnastik skall alltid en fjerdedels timma vara ungdomen lemnad till hvila eller fri rörelse.

§ 8.

För utförande någon gång under den blidare årstiden af större, samfäldta utmarscher med infanterimanövrer öfverenskomme läraren med rektor om passande dag och tid, hvaremot denna och följande dags gymnastiköfningar indragas.

§ 9.

Läraren bemöde sig att, såsom en väsendtlig verkan af samtliga de gymnastiska öfningarne, hos lärjungen framkalla en upprätt och ledig kroppsställning.

— —

Ulriksdals Slott den 19 Juni 1866.

CARL.

F. F. Carlson.

Underrättelser.

Tysk Kammargymnastik. Under titeln *Kammargymnastik* (af tysken Schreber) har ett öfversatt arbete länge varit tillgängligt i svenska bokhandeln, hvarom vi anse oss böra underrätta, dels för att derigenom påpeka, huru långt okunnigheten inom gymnastiken vågar gå, ej blott i praktisk utöfning, utan äfven i skrift och tryck, dels äfven för att visa, hvilken stor slöhet och ovårdsamhet är rådande hos de personer, som i första rummet borde öfvervaka, att ogräs, sådant som den ifrågavarande öfversättningen, ej finge

rotslå i svensk jord. Detta är den ömkliga sidan af ifrågavarande *Kammargymnastik.* Den löjliga finna vi i sjelfva öfversättningen, som förråder största okunnighet ej blott i den gymnastiska vetenskapens terminologi, utan äfven om tyska språkets enklaste ordbetydelser. Blott ett exempel må vara nog: *Gliedmassen* öfversättes här med — *led*massor. Detta påminner starkt om en annan öfversättning af en tysk geografi, der *Wallross,* vid beskrifningen af Grönland, återgifves med *skogshäst.* I första häftet af denna tidskrift (pag. 14) ha vi redan lemnat prof på halten af hr Schrebers bok. Vi anse oss nu böra vara fritagne från obehaget att vidare röra i denna osammanhängande smörja; ty läsaren, till hvilkens tjenst denna underrättelse är gifven såsom en varning att ej köpa volumen, skulle af en verklig kritik (ifall en sådan vore möjlig) snart känna sig uppledsen.

Pedagogisk gymnastik. Österrikiske undervisningsministern har, på framställda petitioner om gymnastikundervisningens införande i skolorna, förklarat, att styresmännen i alla provinser erhållit förständigande om att med all kraft befordra införandet af gymnastikundervisning i alla folkskolor, elementarläroverk och lärareseminarier under innevarande år.

Boxarnes konung. Den ryktbare engelske boxaren *Tom Sayers,* hvars tvekamp med Amerikanaren *Henan* för några år sedan väckte nästan lika stort intresse i England, som Amerikanska kriget, afled i London (år 1866) af — lungsot, 40 år gammal. Endast Nelsons begrafning kan i prakt jemföras med den, som kom denne boxarnes konung till del, ty processionen i den, säga Londons tidningar, räckte tre hela engelska mil. Palmerstons likfärd var en småsak mot den. Sensmoralen af denna underrättelse kan vara tvåfaldig: att öfverdrifven och oriktigt ledd gymnastik är mer än mycket annat mägtig att slå den starkaste karl, äfven i hans kraftfullaste ålder, till jorden, samt att boxningskonstens anseende ännu måtte vara ganska stort i gamla England.

Utexaminerade elever från K. Gymnastiska Centralinstitutet år 1867: Löjtnanten vid Lifregementets dragonkår N. F. H. Braunerhjelm, Löjtnanterna vid K. M:ts flotta, Frih. G. G. Palmstjerna och H. G. Westman, Löjtnanten vid Wendes artilleriregemente E. F. af Klercker, Löjtnanten vid Jönköpings regemente E. W. Lavén, Löjtnanten vid Dalregementet C. G. H. Wettergren, Löjtnanten vid Westerbottens fältjägarekår A. C. Fischerström, Löjtnanten vid Södra Skånska infanteriregementet N. P. Bruzelius, Underlöjtnanten vid Lifregementets grenadierkår E. G. A. von Post, Underlöjtnanten vid Skånska hussarregementet grefve P. A. De la Gardie, Underlöjtnanten vid Skaraborgs regemente A. M. Bergmark, Underlöjtnanten vid Elfsborgs regemente H. Andersson, Underlöjtnanten vid Nerikes regemente O. W. Falkman samt Herrar J. Mellin och C. A. Bergman.

Elever vid 1867—68 års lärokurs vid K. Gymnastiska Centralinstitutet. *Äldre kursen:* Löjtnanten vid K. flottan J. M. Lagervall, Löjtnanten vid K. Svea lifgarde C. W. v. Rosen, Löjtnanten vid K. Westgöta regemente G. Lyström, Löjtnanterna vid K. Helsinge regemente M. Fougberg och C. M. Wästfelt, Löjtnanten vid K. Bohusläns regemente J. W. Kock, Underlöjtnanten vid K. Westgöta Dahls regemente P. A. Pyhlson, Underlöjtnanten vid K. Westmanlands regemente C. A. Schenström, Underlöjtnanten vid K. Nerikes regemente W. P. Balck, Underlöjtnanten vid K. Kalmar regemente F. Braun, Underlöjtnanten vid K. Skärgårdsartilleriet B. J. Lidman, Sergeanterne vid K. Götha artilleri C. J. Cleve och C. A. Lundgren samt Herrar R. Dahlgren och T. Andrée. — *Yngre kursen:* Löjnanten vid K. flottan J. Hägg, Löjtnanten vid K. Skärgårdsartilleriet R. Gravenhorst, Underlöjtnanten vid K. 1:sta Lifgrenadierregementet N. Lindhé, Underlöjtnanten vid K. Marinregementet Th. Thulin, Underlöjtnanten vid K. Skånska Dragonregementet G. Löwenhjelm, Underlöjtnanten vid K. Dalregementet H. E. Weylandt, Underlöjtnanten vid Kronobergs regemente U. Weydling, Underlöjtnanterne vid K. Westmanlands regemente L. A. Hallström och J. Lindgren, Underlöjtnanten vid K. Wetstgöta Dahls regemente W. Johnson, Underlöjtnanterne vid Wermlands fältjägareregemente C. Bratt och A. Geijer, Underlöjtnanten vid K. Westgöta Dahls regemente K. Wittrock, Underlöjtnanten vid Gotlands Nationalbeväring R. Lindbohm, Underlöjtnanten vid Hallands infanteribataljon A. Hultman, Sekundlöjtnanten vid Norska jägarekåren W. Lunde, Studenten A. Nilsson, Medicine Kandidaten A. Hernblom, Studenten V. Heykel (från Finland) samt Sergeanten vid K. Svea artilleriregemente A. Blom.

Död: Lärarinnan vid Kongl. Gymnastiska Centralinstitutet, Fröken *Johanna Lemon*, den 15 Januari 1867, i Stockholm, 45 år. Sedan stiftarens af institutet, P. H. Lings död, har ingen bland den tjenstgörande personalen vid detsamma aflidit.

Gymnastiklokaler. I samma mån gymnastikens vetenskaplighet är i sjunkande, i samma mån utveckla staten, kommuner och enskilda en frikostighet för rörelselärans materiel, hvarom föregående tider ej kunde drömma. De dyrbara gymnastiklokaler, som resa sig år efter år vid läroverken i de flesta städer, äro härpå bästa exempeln. Vi gå att omnämna de tre nyaste: Göteborg, som länge ägt för högre elementarläroverket det största gymnastikhuset inom riket, fick förliden höst färdigbygdt ett gymnastik- och exercishus för stadens skarpskyttekår, beläget vid norra sidan af Göta artilleriets exercisplats och bekostadt af Hr Grosshandlaren *Julius Lindström.* Det är uppfördt af Arkitekten Hr *Rapp*; dess sal håller 146 fot i längd, 54 fot i bredd och 20 fot i höjd till de för machineriet anbragta nedre bjelkarne. På hvardera ändan af huset finnas läktare, som framspringa 10 fot från gafvelväggen och utgöra på ena ändan tak till kök och kammare åt vaktmästaren och till uppgång, samt på den andra till ett förråds-

rum. Huset kommer med inredning att kosta omkring 32,000 rdr. Genom ytterligare anbringade målningar å väggar och tak samt polering af appareljen, erbjuder denna sal en storartad och herrlig anblick. — För det högre elementarläroverket i Norrköping pågår nu appareljuppsättningen i ett förlidet år vid stadens vestra del, ofvanför den s. k. Dalen och nära den stora, nya skolan, färdigbyggdt gymnastikhus, hvars herrliga läge och vackra arkitektur göra det till ett af de vackraste i riket. Invigningen kommer att försiggå vid nästa läsårs början. Huset innehåller en sal, 80 fot lång, 40 fot bred och 24 fot hög, och dessutom 2:ne boningsrum. Öfver ingången är en läktare uppförd för åskådare. Machineriet, som är fästadt under det i götisk stil byggda taket, reser sig 20 fot från salens golf. Hela kostnaden uppgår till omkring 37,000 rdr rmt. — Kalmar gymnastiklokal, som nu äfven är under inredning, är 77 fot lång, 42 fot bred och 23 fot hög. Den ännu ej påbörjade appareljen kommer att göras rörlig genom en mekanism, som flyttar den intill salens ena vägg.

(Slut.)

Rättelse i första häftet:

Pag. 16 står: *nervösa;* bör vara: *venösa.*



Pressens yttrande om 1:sta häftet af detta arbete:

Aftonbladet, 6 Maj 1865:

Med den vetenskapliga utbildning, gymnastiken hos oss vunnit, kunde den ej längre undvara sin egen organ. En af hennes skickligaste representanter i vårt land har insett detta och beslutit utgifva en tidskrift, med syfte att sprida kännedomen om de grunder, hvarpå hon hvilar, och utbreda intresset för densamma. Det nu utkomna häftet innehåller två uppsatser, den ena af utgifvaren: Om gymnastiken såsom uppfostrings- och helsomedel; den andra en afhandling af den berömde Eschricht: Om lifvets upprinnelse, med en mängd förtydligande illustrationer. I den förra uppsatsen redogör förf. för den uppfostrande gymnastikens ändamål och nytta, uppvisar stillasittandets skadligheter samt de medel deremot gymnastiken har att erbjuda, ingår i en detaljerad beskrifning af de särskilda gymnastikapparaternas ändamål och verksamhet, och redogör till slut för de hinder, som ännu stå i vägen för utbredandet af en sann uppfostrande gymnastik. Båda uppsatserna äro af stort intresse och framställningssättet lätt och flytande. Företaget synes oss derföre förtjena uppmuntran, ej blott af männen af facket, utan äfven, och nästan ännu mer, af föräldrar och uppfostrare, som här finna mången nyttig lärdom och vink. I slutet af häftet meddelas en förteckning öfver gymnastikpersonalen i riket, äfvensom en samling af ämnen rörande författningar och underrättelser. Sex à sju ark utgifvas årligen. Priset är 2 rdr rmt. Prenumerationen är endast bindande för ett häfte.

Nya Dagligt Allehanda, 29 Juni 1865:

Bland nyligen i bokhandeln utkomna arbeten förtjenar utan tvifvel 1:sta häftet af en af gymnastikläraren vid Norrköpings högre elementarläroverk herr *L. A. Zanders* utgifven *Tidskrift för Svensk Gymnastik* med några ord särskildt omnämnas, ej allenast derför att densamma är den första af dylik art inom vårt fädernesland, utan äfven och isynnerhet till följd af dess syfte att på ett populärt sätt för allmänheten framställa gymnastikens rationella natur och stora betydelse såsom uppfostrings- och helsomedel. Hr Zanders antyder sjelf i början af sin afhandling "Om den uppfostrande gymnastiken" nödvändigheten af att taga tiden i akt och icke låta den entusiasm, som nu är rådande för kroppsuppfostran, dö bort af brist på näring. Mången talar vidt och bredt om dess förträfflighet, utan att derom ega annat än en högst ytlig kännedom. Att i någon mån ändra detta förhållande är hufvudändamålet med denna tidskrift, och vi kunna med nöje tillägga, att förf. fullgjort denna sin uppgift på ett verkligen förtjenstfullt sätt. Det nu utkomna häftet innehåller: 1. Om den uppfostrande gymnastiken. 2. Om lifvets upprinnelse, efter Eschricht. 3. Gymnastikpersonal i riket år 1864. 4. Gymnastik-underrättelser m. m. I den första af dessa uppsatser redogör förf. för den uppfostrande gymnastikens ändamål och nytta, för stillasittandets många skadligheter, i synnerhet med afseende på den studerande ungdomen, vidare för det sätt, hvarpå den rationella gymnastiken går till väga för att motverka dessa skadligheter och slutligen för de hinder, som ännu stå i vägen för utbredandet af en sann uppfostrande gymnastik. Vi tro oss göra läsaren ett nöje genom att här meddela ett utdrag ur denna uppsats rörande kapitlet om stillasittandets många skadligheter: — — — — — — — — — —

Det anförda kan vara tillräckligt för att ådagalägga stilen och andan i det arbete, vi här gjort oss ett nöje af att anmäla. Det innehåller mången behjertansvärd sanning, som förtjenar att uppmärksammas af föräldrar och uppfostrare, och vi äro öfvertygade att hvar och en, som genomläst detsamma, skall instämma i detta omdöme, till hvilken förmodan vi hafva så mycket mer anledning, som detta arbete redan vunnit en ganska betydlig spridning.

Fäderneslandet, 17 Maj 1865:

Ehuru Sverige utan gensägelse är den rent vetenskapliga gymnastikens fosterland, kan man likväl säga att den svenska gymnastiklitteraturen hittills varit särdeles knapphändig. Men Sverige eger likväl härutinnan ett verkligt företräde deruti, att dess gymnastiska litteratur är jemförelsevis vida värderikare än utlandets. Det arbete vi här hafva nöjet anmäla: Tidskrift för svensk gymnastik, utgifvet af L. A. Zanders, en af vårt lands skickligaste gymnaster, lemnar ett nytt bevis härpå. För hvarje vän af Lings storartade och snillrika skapelse

måste det vara en glädjande företeelse att se ett nytt gymnastiskt arbete af verkligt värde lemna pressen. isynnerhet när det, såsom detta, ej blir ett enstaka alster. utan lofvar att i en löpande följd af arbeten behandla ett ämne. så djupt ingripande i vårt uppfostringsväsende och inverkande på det svenska nationallynnets förädling. Det nu utkomna första häftet af tidskriften, den första af dylik art i vårt fädernesland, innehåller: 1:o) Om gymnastik såsom uppfostringsmedel; 2:o) Om lifvets upprinnelse. efter Eschricht; 3:o) Gymnastikpersonal inom riket år 1864; 4:o) Gymnastisk författningssamling; 5:o) Gymnastikunderrättelser. I den första af dessa uppsatser, författad af utgifvaren sjelf, framställes i 4 kapitel först den uppfostrande gymnastikens ändamål och nytta. vidare stillasittandets skadligheter och slutligen de hinder, som ännu stå i vägen för utbredandet af en sann uppfostrande gymnastik. Den klarhet och påtaglighet, hvarmed förf. skildrar allt detta, är i sanning öfverraskande. Dessutom berör han i förbigående en mängd i sammanhang med gymnastiken stående ämnen af pedagogiskt och sanitärt intresse. Hvad som isynnerhet bidrager till att göra denna afhandling särdeles värdefull, är det *populära* framställningssättet. Den andra afhandlingen, ett populärt föredrag af prof. Eschricht, är äfven särdeles intressant, men tillhör, oaktadt mången praktisk vink för uppfostran. egentligen icke gymnastiken. De öfriga afdelningarne, som inskränka sig till några få blad, synas mera vara afsedda för männen af facket.

Till följd af ämnets stora vigt för det uppvexande slägtet, för hvars förkofran ett kärt fädernesland aldrig kan göra för mycket, och på grund af det utmärkta sätt, hvarpå detsamma blifvit behandladt. önska vi all möjlig framgång åt hr Zanders' tidskrift, och skulle isynnerhet vilja rekommendera densamma åt föräldrars, uppfostrares och skolmäns synnerliga uppmärksamhet.

Dagens Nyheter, 20 Maj 1865:

Af trycket har nyligen utkommit *Tidskrift för Svensk Gymnastik,* utgifven af *L. A. Zanders,* första bandets första häfte. Denna tidskrift, som är den första i sitt slag inom vårt land, innehåller så mycket intressant och för föräldrar och uppfostrare behjertansvärdt, att vi skulle önska se densamma på hvarje bildad menniskas bokhylla. Författaren. en af vårt lands skickligaste gymnaster, tillkännager sjelf i början af sin afhandling: *Om gymnastiken såsom uppfostringsmedel,* med följande ord ändamålet med denna tidskrift: "Man får ej", säger han, "alltför mycket förundra sig öfver den bristande sakkännedom i gymnastik, som "råder hos allmänheten. Den härrör från den likgiltighet, hvarmed teoretiskt "bildade gymnaster betrakta den vigtiga punkten, att genom *folkenliga* (popu-"lära. enligt folkets fattning varande) skrifter i gymnastik sprida en sann kän-"nedom derom. Vårt ringa författareskap och speciellt denna tidskrift ha just "uppstått derföre. att vi insett nödvändigheten af att i någon mån ändra detta "förhållande." Herr Zanders' tidskrift eger också i högsta grad den vigtiga egenskapen att vara populär och röjer tillika. hvilket är en nödvändig egenskap i ett populärt arbete, en ovanlig stilistisk talang, så att man med största nöje följer honom på det herrliga området.

Utom en längre afhandling om gymnastik innehåller detta häfte ett af den utmärkte professor Eschrichts så mycket berömda populära föredrag: *Om lifvets upprinnelse,* hvilket äfven innehåller rätt mycket intressant och bildande. Herr Zanders' tidskrift förtjenar således all uppmuntran och bör isynnerhet rekommenderas till föräldrars och uppfostrares uppmärksamhet. Densamma utkommer dessutom endast med ett häfte om året, och bör således ej förefalla kostsam.

Göteborgs-Posten, 7 Juni 1865:

Hos alla vänner af ungdomens rationella uppfostran, i hvilken en omsorgsfull vård om kroppen och dess utveckling ingår som en så väsendtlig faktor, rekommendera vi denna tidskrift, hvilken förtjenade att komma i händerna på en och hvar. Utgifvaren har häri skrifvit en uppsats om "Gymnastiken såsom uppfostrings- och hälsomedel". hvilken är särdeles läsvärd. och har intagit i öfversättning Eschrichts förträffliga uppsats "Om lifvets ursprung".

Förposten, 26 Augusti 1865:

"*Tidskrift för Svensk Gymnastik*" heter ett förtjenstfullt arbete. som för någon tid sedan blifvit i vår bokhandel tillgängligt. Utgifvaren af denna tidskrift, hr *Leonard Alexis Zanders.* visar sig vara väl hemmastadd i sitt ämne och röjer en starkt utpreglad originalitet. som gör hans arbete mycket underhållande.
